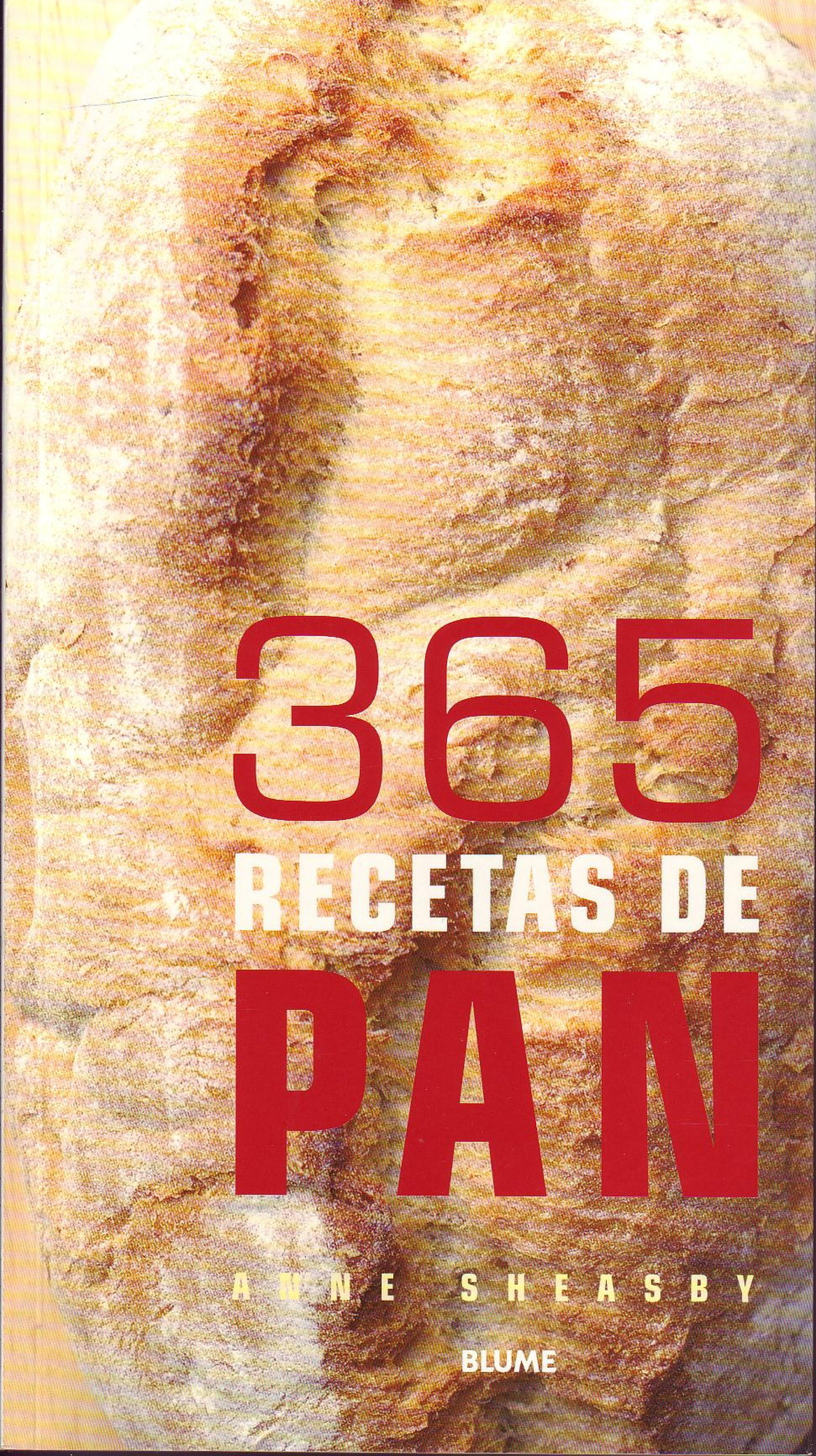


365 RECETAS DE PAN

ANNE SHEASBY

BLUME

Introducción

EL PAN A LO LARGO DE LOS SIGLOS

El pan ha formado parte de la dieta básica de muchos países del mundo a lo largo de miles de años e incluso todavía hoy ocupa un lugar de privilegiado en muchas culturas. El pan constituye una parte importante en la dieta diaria, puesto que se considera un alimento básico de calidad a la vez nutritivo y delicioso.

Hace siglos, el pan se horneaba sobre fuegos abiertos; no obstante, gradualmente fueron apareciendo hornos de piedra o ladrillos en casas y panaderías. Estos hornos todavía se encuentran activos en muchas zonas rurales de países como Italia y Grecia, y pueden verse en otras muchas partes del mundo. Algunas fincas antiguas de Gran Bretaña todavía disponen de dichos hornos, aunque más para propósitos decorativos que prácticos. Los avances en la tecnología y el desarrollo de los hornos modernos han conllevado una menor utilización de estos antiguos hornos. A lo largo del tiempo se ha ido creando una amplia gama de panes. En este sentido, nuevos ingredientes y aromatizantes se han ido descubriendo e incorporando a las recetas básicas, de manera que ha surgido un amplio abanico de deliciosos panes. Los panes se presentan bajo todas las formas y tamaños, y poseen diferentes gustos y texturas.

Las panaderías, los supermercados y todos los comercios especializados ofrecen en la actualidad una amplia gama de panes tradicionales a la vez que regionales. Asimismo, muchos mercados locales ofrecen una buena selección de panes. Se puede elegir entre panes dulces y salados, algunos al natural, y otros aromatizados con ingredientes tales como semillas, aceitunas, queso, hierbas, tomates secados al sol, especias o frutas deshidratadas.

Panes de todo el mundo, incluidos los de países y regiones como Francia, Italia, España, Alemania, Escandinavia, Turquía, Grecia y la India son populares y fáciles de conseguir. Actualmente, muchos supermercados y un número creciente de comercios disponen de panaderías que producen una tentadora selección de panes y panecillos, recién horneados, tanto dulces como salados, así como panes sin gluten o sin componentes lácteos. Además, algunas pequeñas panaderías locales ofrecen una amplia selección de estos panes recién horneados, y otras más especializadas sirven tanto panes tradicionales como otros innovadores e interesantes.

PANES CASEROS

El rico aroma y el sabor de un pan casero recién horneado es difícil de superar; además, preparar su propio pan se convertirá en una ocupación fácil a la vez que divertida. Hacer su propio pan no tiene por qué ser una actividad larga o complicada. Por otro lado, hornear pan utilizando ingredientes frescos y nutritivos resulta muy gratificante. Si domina una simple masa de pan básica, podrá aromatizarla y modelarla de múltiples formas. Las recetas de pan oscilan entre las masas simples, básicas o rústicas y las más extravagantes, sofisticadas o especializadas. Las panificadoras domésticas eléctricas, son, cada vez más, un electrodoméstico popular que nos ayuda a preparar panes de forma aún más rápida, especialmente en el caso de aquellas personas que disponen de escaso tiempo libre.

EL PAN NUESTRO DE CADA DÍA

El pan es un alimento apetecible al mismo tiempo que nutritivo, por lo que es conveniente incluir una adecuada proporción de féculas, entre las que se incluye el pan, en la dieta diaria. Un gran número de panes básicos son bajos en grasa y proporcionan una buena fuente de fécula, es decir, de hidratos de carbono complejos que proporcionan al cuerpo energía, así como algunas proteínas. Todos los panes contienen fibra, aunque los integrales poseen casi cuatro veces más que los blancos, además de vitamina B y hierro. La harina blanca se enriquece generalmente con calcio, motivo por el cual, el pan blanco se considera una fuente importante de este elemento.

Obviamente, algunos de los panes y masas más elaborados y enriquecidos contienen una mayor proporción de calorías y grasas que los básicos, si bien pueden destinarse a ocasiones especiales o como golosina en una dieta equilibrada. Muchos de los panes rápidos, como los *muffins* y los *scones*, constituyen también buenos tentempiés.

RECETAS TENTADORAS PARA TODOS LOS TIPOS DE PAN

Aunque este libro no incluye, por supuesto, todas las recetas de pan, desea abarcar muchos tipos de panes procedentes de todo el mundo para que, de este modo, pueda crear y disfrutar de los mismos en su propia casa, con un coste menor que los que adquiere en un comercio.

Un gran número de recetas se puede preparar a mano, aunque también se incluyen otras que pueden elaborarse parcial o totalmente en una panificadora doméstica.

El libro se inicia con una sección de todo aquello que precisa a la hora de preparar pan, incluidos los nuevos ingredientes, las técnicas, las formas y el acabado. En cuanto a los siete capítulos dedicados a las recetas, donde se incluye una amplia gama de tentadores panes, podrá elegir qué recetas le apetece probar, tanto si se trata de una masa de pan básica como de un pan básico dulce o una receta de *muffin*.

En el libro se incluye un capítulo sobre recetas sin gluten, dirigido especialmente a los celíacos. El capítulo final contiene una atractiva selección de delicias, tanto dulces como saladas, tales como picatostes, *bruschetta*, hamburguesas, platos de pasta, rellenos, tartas, budines y helados.

Cada receta se describe con un lenguaje claro que resulta muy fácil de seguir; además, se incluyen ciertos consejos, como los tiempos de preparación y cocción, así como las raciones. Muchas de ellas incluyen otras opciones en cuanto a los ingredientes, en el caso de que desee probar algo diferente. Las atractivas fotografías en color que aparecen a lo largo del libro le invitarán a probar muchas de estas recetas.

Le invitamos a que pasee a través de esta ecléctica serie de deliciosas recetas de todo el mundo. Esperamos que desee probar algunas de ellas con su familia y amigos. Disfrute de la experiencia de crear, preparar y hornear su propio pan en casa; una vez que empiece a hacerlo, descubrirá un mundo de infinitas variedades al alcance de la mano.

Sobre el pan

TIPOS DE PAN

El pan se presenta bajo toda clase de formas, tamaños, colores, texturas y sabores. Si domina las técnicas básicas de la preparación del pan, podrá experimentar con diferentes recetas para crear deliciosos panes caseros, incluidos los panes básicos, los enriquecidos, los planos, los rápidos y los que carecen de gluten. Con la popularidad de las panificadoras eléctricas domésticas, la variedad de panes que pueden prepararse constituye una especie de puente para nuevas recetas. El pan es tan versátil que puede usarse como ingrediente en otras recetas.

INGREDIENTES BÁSICOS PARA PREPARAR PAN

El pan incluye cuatro ingredientes esenciales: harina, levadura, líquido y sal. No obstante, pueden añadirse otros, como el azúcar, la grasa y los huevos, para obtener diferentes tipos de pan.

Harina

Tipos de harina

Para los panes tradicionales de levadura, elija harina de trigo de fuerza. Se encuentra disponible en diferentes variedades, y, aunque la blanca es la más común, también destacan la morena, la de trigo malteado, la integral, y la de grano blando. La harina de fuerza tiene un elevado contenido en gluten, el cual hace que se extienda la masa y atrape el aire mientras se produce la cocción, de modo que se obtiene un pan bien formado, con un buen levado y una textura ligera y abierta.

La harina de fuerza se recomienda tanto para preparar pan a mano como en una máquina o panificadora eléctrica casera. Las calidades de las harinas varían según las marcas, aunque es preferible elegir harina de fuerza orgánica no blanqueada artificialmente. Las harinas comunes o con levadura incorporada sólo deben emplearse en la preparación de panes que no lleven levadura. Todas las recetas rápidas de pan de este libro se han preparado para utilizar estos tipos de harina. Los panes rápidos tienden a adquirir una textura más cerrada y desmenuzable.

Los panes elaborados con harina de fuerza integral precisan más tiempo para levar que aquellos que contienen harina blanca, ya que el salvado de la harina integral inhibe la acción del gluten. Además, muestran una textura más densa y dura que los panes blancos, aunque resultan muy sabrosos y nutritivos. Una alternativa consiste en utilizar la mitad de harina de fuerza blanca y la mitad de harina de fuerza integral para obtener un pan de una textura más ligera.

La harina marrón de fuerza integral produce panes de un tono moreno claro, mientras que la harina de fuerza molida a la piedra o de malta, que es una mezcla de harina morena de fuerza con copos de trigo malteados o granos, produce panes con un sabor malteado y a frutos secos. La harina de trigo malteado (granary) también puede obtenerse a partir de una combinación de harina de trigo integral y blanca y, a veces, se puede añadir harina de centeno y granos de trigo malteados. La harina molida a la piedra (disponible en las variedades integral y morena) se muele entre *piedras*, de ahí su nombre, lo que le proporciona un sabor tostado a frutos secos. La harina de fuerza de granos de trigo blando es una harina de fuerza blanca a la que se le han añadido granos fragmentados de trigo y cebada, de manera que se obtiene un pan sabroso.

Otras harinas, tales como las de cebada, mijo y espelta, tienen un bajo contenido en gluten, aunque pueden combinarse con harinas de fuerza para obtener unos panes deliciosos. La harina de centeno también se usa en la preparación de panes, y, aunque contiene bastante gluten, las masas elaboradas con centeno adquieren a menudo una consistencia pegajosa y son difíciles de manejar, razón por la que se mezclan frecuentemente con otras harinas .

Harinas sin gluten

Si sufre intolerancia o es sensible al gluten, deberá evitar aquellas harinas que lo contengan. El gluten es una proteína que tiene la función de endurecer y ligar la masa cuando se hornea, por lo que, cuando utilice harina sin gluten debe emplear otros agentes para amalgamar. De hecho, una combinación de féculas actúa mejor que si se utiliza un solo tipo, y añadir ingredientes como huevo, manzana rallada o plátano chafado puede ser de gran ayuda. Tenga en cuenta que las harinas sin gluten producen panes más densos y con una textura más cerrada.

En la actualidad, las harinas sin gluten en general, incluidas la harina para pan y la común, pueden encontrarse en algunos supermercados y comercios especializados en productos integrales. Como alternativa, puede combinar una selección de harinas sin gluten. Otras harinas sin gluten disponibles son las de arroz, garbanzos, trigo sarraceno, maíz, tapioca y patata.

Si adapta o cambia las recetas y utiiliza harinas sin gluten, debe tener en cuenta que tienden a absorber más líquido que las harinas ordinarias, por lo que quizás deba añadir un poco más de líquido a sus recetas (ya se ha considerado en las recetas de este libro).

Cuando prepare pan a mano o con una máquina eléctrica, es importante recordar que todos los utensilios deben lavarse a fondo antes y después de su uso, pues incluso la más leve traza de trigo puede causar una reacción alérgica en un celíaco o en alguien que padece intolerancia al trigo. Si hornea varios panes, mantenga los ingredientes separados para que no exista riesgo alguno de que la harina de trigo contamine los alimentos sin gluten. Si hornea una buena cantidad de panes sin gluten, puede resultar muy interesante reservar algunas placas y utensilios culinarios exclusivamente para este uso.

Las mezclas para pan sin gluten pueden encontrarse en establecimientos especializados en productos orgánicos, y son adecuadas tanto para preparar panes a mano como en una máquina eléctrica casera.

Para las recetas sin gluten de este libro se ha utilizado harina sin gluten (disponible en supermercados y establecimientos especializados en productos orgánicos), que incluye harina blanca sin gluten, harina blanca para pan sin gluten y harina morena para pan sin gluten. Todas ellas proporcionan excelentes resultados. Algunas recetas también contienen harina blanca con levadura incorporada y sin gluten. Si no la encuentra, simplemente utilice harina blanca sin gluten y añada 1 cucharadita de levadura en polvo sin gluten por cada 225 g de harina.

Levadura

La levadura es un ingrediente básico en la preparación de pan, ya que permite que éste leve. Se trata de un organismo vivo que requiere alimento y humedad para crecer y sobrevivir. La levadura fresca está viva, pero inactiva, cuando la compra, y tan sólo se activa al mezclarla con un líquido caliente, como la leche o el agua. La levadura seca también está inactiva y permanece en este estado hasta que se activa durante el proceso de fermentación.

La levadura se alimenta del azúcar, y, más tarde, del almidón de la harina, y desprende un gas (dióxido de carbono) que provoca que la masa leve. La masa de pan también puede levar en la nevera durante la noche. Con este proceso lento y frío se obtiene un pan con una forma ideal.

Tipos de levadura

La levadura se encuentra disponible en diferentes formas, incluidas la fresca, la tradicional o levadura seca activa, la fácil de hornear, y la seca rápida. Todos los tipos de levadura pueden usarse indistintamente en las recetas, siempre que se sigan las instrucciones generales. Es impor-

tante manejar la levadura con precaución, ya que tan pronto como entra en contacto con cualquier clase de humedad se activa y empieza a alimentarse del almidón y los azúcares de la masa.

Levadura fácil de mezclar o levadura seca rápida La levadura fácil de mezclar o levadura seca rápida es una combinación de levadura seca y ácido ascórbico (vitamina C) para pan, que tiene la función de acelerar la acción de la levadura durante el proceso de fermentación, de manera que produce un levado rápido y la eliminación de la necesidad de «golpear la masa» y dejarla levar por segunda vez. Este tipo de levadura se encuentra disponible en sobres de 6 g, y, en algunos países, se encuentra en paquetes de aluminio de 125 g, que deben guardarse en la nevera una vez abiertos y usarse en un plazo máximo de 10-12 semanas. La levadura fácil de mezclar y la levadura seca rápida se esparcen y mezclan directamente con la harina o los ingredientes secos antes de añadir el líquido caliente para preparar la masa. Se trata de una levadura de acción rápida, por lo que sólo precisa un amasado y levado, de manera que el proceso resulta más fácil. Es importante recordar que la levadura no actuará si está pasada, por lo que debe seguir cuidadosamente las instrucciones del paquete en cuanto a su conservación y fecha de caducidad. Se recomienda utilizar este tipo de levadura en las máquinas de pan domésticas.

Levadura seca activa tradicional o común, también llamada levadura rápida de panadería La levadura seca tradicional o común es una levadura comprimida a la que se le ha despojado de la humedad. Se encuentra disponible en forma de gránulos. Este tipo de levadura debe reactivarse con agua antes de emplearla. Se encuentra disponible en sobres y, en algunos países, en latas de 125 g. En este último caso, la lata puede conservarse hasta 2 meses una vez abierta. Esta levadura simplemente se mezcla con líquido caliente (con una pizca de azúcar para activarla). Se debe cubrir y dejar en un lugar cálido durante 15 minutos o hasta que se desarrolle una capa espumosa en su superficie. Una vez reactivada puede emplearse como la levadura fresca para preparar panes y masas que requieran dos fases de levado. No se recomienda emplearla en las máquinas de pan domésticas.

Levadura de panadero fresca La levadura fresca se encuentra disponible en algunas panaderías. Debe tener un aspecto firme y húmedo y un color crema, además de presentar un olor fresco a levadura. La levadura fresca simplemente se debe mezclar con el agua caliente o el líquido especificado en la receta y luego con la harina para obtener la masa. Puede conservarse, siempre que se proteja, en la nevera hasta tres días, o bien tres meses en el congelador. La levadura fresca no resulta apropiada para las máquinas de pan domésticas.

Impulsor de masa ácida El impulsor de masa ácida constituye otro método tradicional de levado que produce panes de textura cerrada con un sabor distintivo. Para prepararlo, se debe dejar fermentar varios días una mezcla de levadura, harina y agua antes de añadirla a la masa.

Nota sobre las levaduras empleadas en este libro En este libro, al igual que en la mayoría de recetas que llevan levadura, se ha empleado una levadura fácil de mezclar por su disponibilidad y facilidad de uso. Este tipo de levadura seca simplemente se debe añadir a la harina y no precisa reconstituirse con agua con antelación.

En la mayoría de las recetas para las masas de pan más básicas y sencillas (que especifican el empleo de levadura fácil de mezclar), se han incluido dos levados o fermentaciones. Aunque este proceso no es necesario al emplear este tipo de levadura, generalmente se consigue un mejor resultado (así, las masas tienen un levado tras el amasado inicial y otro levado una vez la masa se ha aplastado y modelado antes de hornearla).

Asimismo, encontrará una selección de masas levadas que sólo requieren una fermentación. Para estas recetas se ha especificado el empleo de la levadura seca rápida (aunque, de hecho, la levadura fácil de mezclar, la fácil de hornear, y la seca rápida son productos similares con diferentes nombres). Se ha adoptado este criterio para poder ver rápidamente si una receta requiere uno o dos levados.

Para muchas de las masas enriquecidas o de especialidades, se ha especificado el empleo de la levadura seca fácil de mezclar. Cabe destacar que estas masas precisan dos levados. Las masas enriquecidas, como las de *brioche*, los bollos de Chelsea y el *stollen*, en las que se han incluido ingredientes como grasa, azúcar y/o huevos, precisan un mayor tiempo de levado que las masas más simples, por lo que deben dejarse levar antes y después de amasarse para obtener los mejores resultados. Sin embargo, encontrará también una pequeña selección de masas enriquecidas en las que se ha especificado el empleo de levadura seca rápida, pues estas masas al ser algo más ligeras sólo requieren un levado.

Las masas preparadas con levadura fresca de panadero o gránulos de levadura seca ordinaria requieren dos levados para obtener un pan con una textura ligera y homogénea. En un par de recetas de este libro, concretamente las de chapata y *pugliese*, se especifica el uso de levadura fresca de panadero, ya que esta levadura proporciona unos resultados mucho más satisfactorios que otras.

Como regla general, un sobre de 6 o 7 g de levadura seca rápida o levadura fácil de mezclar (1 sobre = 2 cucharaditas) es equivalente a 15 g de levadura fresca de panadero o a 1 cucharada de levadura seca común. Esta proporción resulta más que suficiente para levar la cantidad de 750 g de harina.

En cuanto a las masas enriquecidas con mantequilla, azúcar, huevos, fruta, etc., necesitará añadir un poco más de levadura para asegurarse un buen levado. Consulte las recetas de este libro como orientación.

Otros agentes levantes

Mientras que la levadura es el agente levante más popular empleado en la preparación del pan, existen otros agentes, como la levadura química en polvo y el bicarbonato sódico, que se emplean para preparar panes, entre los que se encuentran los panes rápidos, como el pan de soda irlandés o el pan de trigo.

El azúcar y otros endulzantes

El azúcar ayuda a alimentar la levadura y a hacerla más activa para que la fermentación tenga lugar en el menos tiempo posible. Las levaduras modernas (como la fácil de mezclar o la levadura rápida de panadería) no necesitan azúcar, ya que la harina les proporciona el suficiente alimento. No obstante, para obtener los mejores resultados es conveniente añadir un poco de azúcar en la preparación de los panes.

El azúcar, tanto el blanco como el moreno claro o el oscuro, puede utilizarse en la preparación del pan, de modo que una cucharadita es suficiente para activar la levadura en un pan de 500 g; sin embargo, en algunas masas más dulces o enriquecidas puede añadirse más cantidad de azúcar.

En algunas recetas de pan se añade miel, jarabe de melaza dorado, jarabe de arce, extracto de malta o melaza negra para aportar sabor y color. Asimismo, el azúcar ayuda a retrasar el proceso de endurecimiento del pan horneado, ya que conserva la humedad. Sin embargo, demasiado azúcar puede provocar que la masa leve demasiado y se derrumbe, por lo que debe seguir cuidadosamente las instrucciones de las recetas. Los endulzantes artificiales no resultan apropiados para elaborar pan.

Sal

La sal mejora el sabor del pan. Sin embargo, también retrasa la acción de la levadura, por lo que no debe añadir demasiada cantidad ni debe incorporarla directamente a la levadura. La sal facilita que la masa leve de forma controlada y uniforme, de modo que se obtenga un pan perfectamente levado y homogéneo. Si se utiliza muy poca sal, el pan se endurece más rápidamente, pero si se emplea demasiada, la corteza quedará excesivamente endurecida.

Líquidos

El líquido más empleado en la preparación del pan es el agua, aunque algunas recetas utilizan leche o una mezcla de leche y agua. La leche aporta al pan una textura blanda y ligera y una corteza blanda. La temperatura del líquido empleado también es de gran importancia. Debe estar caliente (tibio) o caliente al tacto (38 °C); si está demasiado caliente, puede destruir la levadura, y si está demasiado frío puede retrasar la acción de la misma.

Si añade líquido en una receta de pan levado, las cantidades deben utilizarse como guía, puesto que la capacidad de absorción de la harina varía de acuerdo con el tipo y la marca, así como con las condiciones ambientales, como el calor y la humedad. Por ejemplo, las masas preparadas con harinas integrales tienden a necesitar más líquido que las de harina blanca. Añada siempre el líquido gradualmente, en lugar de incorporarlo de una sola vez; así sólo añadirá el necesario. Sin embargo, en algunas de las recetas de pan levado el líquido debe añadirse a la masa para conseguir la consistencia correcta, por lo que es necesario leer las instrucciones cuidadosamente antes de empezar, tal y como se indica en el texto. Otros líquidos, como el suero, el yogur natural, la leche de coco, la cerveza, el té frío y los zumos de frutas, como el de naranja, pueden resultar ideales para preparar algunas masas de pan.

Grasas

Algunas recetas incluyen una pequeña cantidad de grasa, como mantequilla o manteca, las cuales deben incorporarse con la harina antes o después de añadir la levadura. Otras recetas incluyen la adición de aceite o mantequilla derretida. Se ha especificado el empleo de mantequilla en la mayoría de las recetas (en el caso pertinente, aunque en muchas de estas recetas puede utilizarse margarina vegetal o una grasa similar en vez de mantequilla, si se desea). Las grasas proporcionan sabor al pan, a la vez que mejoran su conservación, aunque demasiada grasa retrasa la acción de la levadura. Algunas masas enriquecidas, como el pastel de manteca o las pastas danesas, contienen bastante grasa, la cual ayuda a la elaboración de estos deliciosos panes y pastas. Los tiempos de levado de estas recetas pueden resultar mayores que los de las masas de pan básicas.

Mezclas de pan

Existe cierta selección de mezclas de pan que resultan ideales para preparar a mano o con una máquina de pan y que le permitirán elaborar y hornear panes deliciosos con muy poco esfuerzo. Encontrará mezclas para pan blanco e integral, así como mezclas aromatizadas y otras para panes especiales, como la chapata o la *focaccia*.

Se ha empleado una mezcla básica para pan blanco en diferentes recetas de panes de este libro, que le ayudará a elaborar panes tentadores y sabrosos. Una vez la preparación se ha mezclado, amasado y modelado, sólo requiere un levado, por lo que resulta ideal si desea crear un pan sabroso, pero con un mínimo esfuerzo.

TÉCNICAS BÁSICAS PARA MASAS LEVADAS

Mezclar y amasar

Una vez la levadura y el líquido (y, a veces, otros ingredientes, dependiendo de la receta) se han añadido a los ingredientes secos, se deben mezclar hasta obtener una masa blanda que resulte fácil de trabajar. Posteriormente, se debe realizar un vigoroso amasado para que el gluten se desarrolle en la harina y se obtenga una masa homogénea, elástica y extensible que permitirá un buen levado. El amasado resulta vital para obtener un pan de buena textura y forma; además, asegura que la levadura se distribuya perfectamente por la masa, de forma que el pan leve de manera homogénea. Recuerde que si la masa levada no ha sido bien amasada, no subirá.

Si amasa a mano, necesitará unos 10 minutos. Deposite la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y extiéndala y estírela hacia adelante sirviéndose de la palma de la mano; posteriormente, dóblela hacia usted, presiónela de nuevo hacia abajo y hacia adelante utilizando la palma de la mano y girándola a medida que la trabaja. Continúe estirándola, extendiéndola, doblándola, aplastándola y dándole la vuelta hasta que adquiera una consistencia ligera que resulte muy elástica.

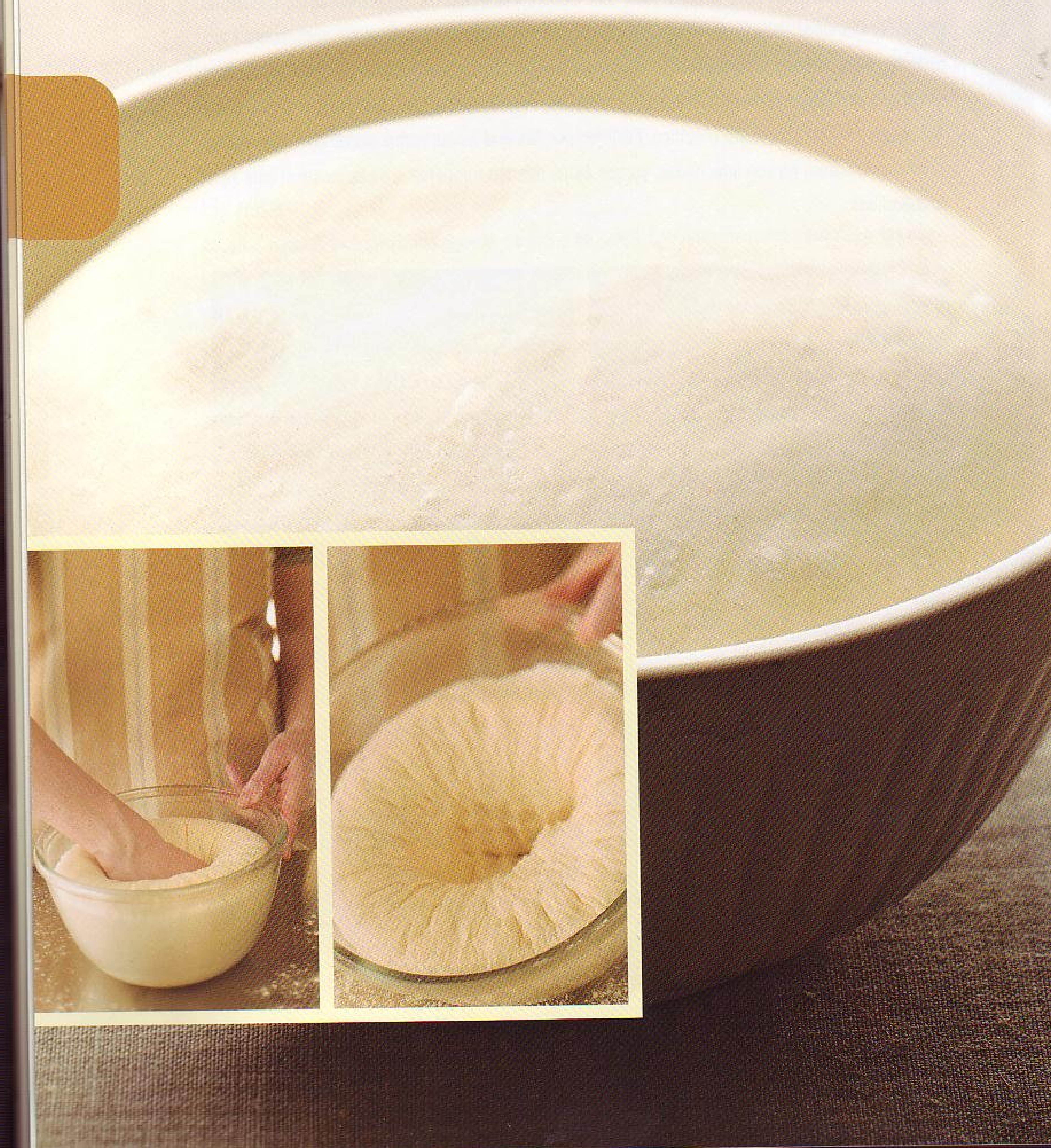
Como alternativa puede utilizar una mezcladora amasadora o un robot eléctrico, al que debe colocar la varilla para amasar para que trabaje por usted. Si amasa en una mezcladora amasadora (a velocidad lenta), sólo necesitará unos 5 minutos. Muchos robots domésticos sólo permiten amasar pequeñas cantidades al mismo tiempo. Sin embargo, no debe trabajar la masa en exceso si utiliza una mezcladora o robot; además, debe recordar que no todas las masas pueden mezclarse en un aparato eléctrico. Por ejemplo, las que llevan frutos secos que se mezclan junto con la harina no son adecuadas, ya que éstos pueden romperse si se amasa con este tipo de máquinas.

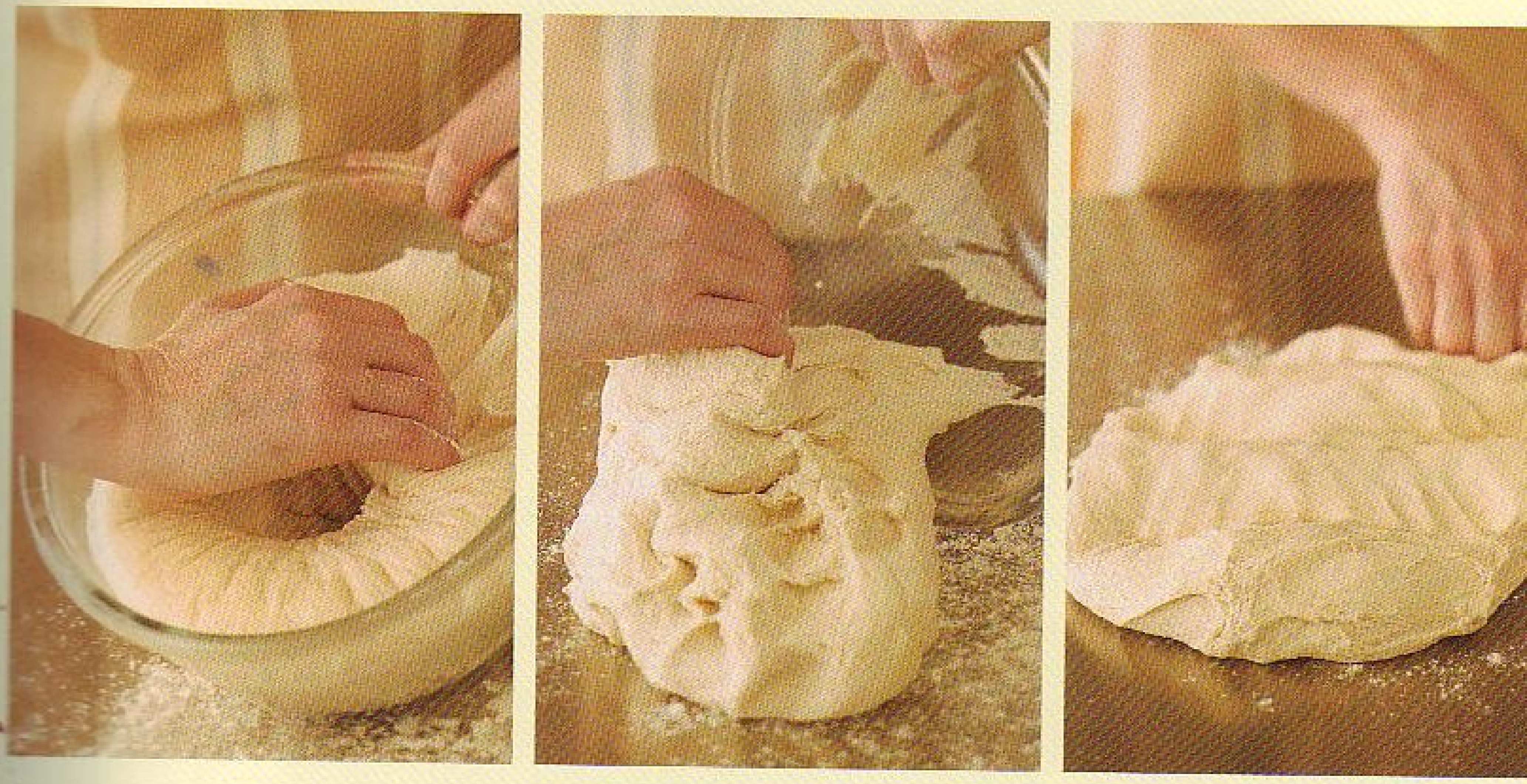
Levar la masa

Una vez haya amasado, coloque la masa en un cuenco grande ligeramente untado con aceite (y deje el espacio necesario para que pueda aumentar de volumen), y cúbrala con un paño limpio o un film de plástico untado con aceite. De esta forma, la masa levará sin que se forme una película sobre su superficie. Déjela reposar en un lugar cálido hasta que haya levado y doblado su tamaño y al presionarla con las puntas de los dedos vaya recuperando lentamente su forma.

El tiempo que una masa necesita para levar depende de varios factores, entre los que se incluyen la temperatura de la estancia, los ingredientes, el tipo de receta, etc. El primer levado del pan es, generalmente, el más largo y precisa una media de entre 1-2 horas. Las masas enriquecidas necesitan más tiempo; así, la receta del pan de chocolate precisa entre 2-3 horas para levar. La temperatura ideal de levado se encuentra entre los 24-27 °C, que es una temperatura similar a la de una alacena aireada o a la que se registra cerca de un horno caliente. Sin embargo, no se sienta tentado a apresurar el proceso de levado poniendo la masa en un lugar caliente, pues puede acabar con el efecto de la levadura, y obtener un pan de forma desigual y de textura pobre.

Algunas personas prefieren que la masa leve más lentamente (por ejemplo, en una habitación fría sin calefacción), pues creen que al levar en un ambiente frío se obtiene un pan de mejor sabor. No permita que la masa leve en una habitación con corrientes de aire, ya que el pan podría hornearse de forma desigual.





Aplastar la masa y segundo levado

Una vez que la masa ha levado, es necesario «aplastarla». Este proceso romperá las grandes bolsas de aire y asegurará al pan una textura homogénea. Para «aplastar» la masa, debe destaparla y presionarla con un dedo para deshincharla y extraer el aire. Vuelque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amásela durante unos 2-3 minutos para redistribuir la levadura y los gases formados por la fermentación. A veces, en esta fase se suelen añadir otros ingredientes,.tales como aceitunas, hierbas picadas, tomates picados secados al sol, frutos secos picados, semillas o frutos secos.

A continuación, la masa debe modelarse o colocarse en un molde, cubrirse de nuevo y dejarla en un lugar cálido hasta que haya doblado su tamaño. Este proceso se conoce como segundo levado; es más rápido que el primero y normalmente sólo requiere entre 30-60 minutos, dependiendo de la receta.

Es importante que la masa no leve en exceso en esta fase, pues podría romperse durante el horneado. Asegúrese de que la masa sólo leve hasta que haya doblado su tamaño. Sin embargo, si no levara lo suficiente en este estadio, el pan resultante quedaría denso y plano.

Para comprobar si la masa ha levado lo suficiente, presiónela ligeramente con la punta de un dedo. Debe sentirla elástica y la marca formada por el dedo debe tener la capacidad de volver lentamente a su posición original.

Para obtener un pan de aspecto profesional, pueden utilizarse cestas para levar (empleadas a menudo por los panaderos profesionales). Las cestas para levar son generalmente de mimbre y están forradas con lino o lona. Se espolvorean ligeramente con harina, para proporcionar cierto apoyo al pan durante el levado final. Pueden ser redondas o largas (*baguette*) y pueden encargarse en las cesterías. Una vez que la masa ha levado en la cesta, simplemente debe volcarla sobre la placa de hornear y cocerla como de costumbre.

Modelar el pan

Una vez que la masa de pan se ha aplastado, puede modelarse de varias formas. Entre las formas más habituales se encuentran el pan de molde, el de payés o campesino, la hogaza grande redonda u ovalada, la trenza o el bastón, mientras que los panecillos pueden modelarse en forma de círculo, anillos, rollos alargados, etc. Asimismo, con un cuchillo afilado, es posible dar varias formas al pan antes o después del levado: marque el pan a lo largo (acabado tradicional para el pan de molde); practique entallas entrecruzadas sobre la superficie del pan; realice una cruz profunda sobre el centro del pan o varias muescas diagonales sobre la superficie.

La superficie de los panes no sólo se entalla por los efectos visuales, sino también por razones prácticas, puesto que se deben proporcionar vías de escape al aire, así como controlar la dirección y la extensión del levado durante el horneado. Cuanto antes entalle la masa, tanto más anchas serán las incisiones en el pan horneado, y cuanto más profundas sean, más se abrirá el pan durante este proceso. Al entallar la masa, utilice un cuchillo afilado y un movimiento rápido, pero suave, con el fin de no rasgarla.

Glasear el pan

Si se glasea una barra de pan antes de hornearla, se realza su color, además de aportar más sabor a la corteza. Los glaseados no sólo ayudan a conferir al pan un acabado atractivo, sino que también le aportan humedad (con lo que se produce vapor, que ayuda a expandir el pan y a asegurar una cocción uniforme). Asimismo, los glaseados facilitan que las coberturas, decoraciones o adornos queden adheridos a la superficie de la masa.

Los panes pueden glasearse antes, durante o después del horneado. Los ingredientes más habituales empleados para glasear panes son el agua, la leche o el huevo batido, aunque también se puede utilizar mantequilla derretida, aceite de oliva, crema ligera de leche, miel líquida caliente, almíbar de azúcar o un glaseado fino, lo que asegura una gran diversidad de acabados.

Toques finales para el pan

Es posible utilizar diversos ingredientes para recubrir o acabar el pan antes de hornearlo, de manera que con cada uno de ellos se cree un efecto diferente. Puede espolvorear el pan con semillas, trigo fragmentado, copos de avena, copos de sal, queso rallado o hierbas frescas antes de hornearlo o simplemente con un poco de harina. Espolvoree los panes dulces, generalmente tras el horneado, con azúcar lustre o con terrones de azúcar machacados o bien con frutos secos picados, almendras fileteadas, frutas deshidratadas o chocolate rallado o picado.

Nota sobre las masas enriquecidas Durante el horneado, algunas masas enriquecidas (o masas que contienen chocolate, azúcar, etc.) que se tratan en este libro, deben cubrirse para evitar que se doren demasiado. Si el pan muestra signos de que se está cociendo con rapidez, cúbralo simplemente con papel de aluminio antes de que finalice el tiempo de cocción.

Conservar el pan

La mayoría de los panes caseros se encuentran en su punto cuando están recién horneados o durante el mismo día en que se hornearon; además, deben consumirse siempre entre 1-2 días después de su cocción, pues se endurecen muy rápidamente. El pan elaborado con una elevada cantidad de grasa o azúcar, como el de las masas enriquecidas, se encuentra en su mejor momento cuando está recién horneado, aunque lo cierto es que puede conservarse hasta 2-3 días.

Es preferible guardar el pan en un lugar frío, seco y bien ventilado, ya sea en una panera o en un recipiente de cerámica destinado a tal uso, y no en la nevera (el frío hace que la humedad del pan desaparezca, de modo que se endurece y seca). Envuelva el pan en papel de aluminio o en una bolsa de plástico, si tiene una corteza blanda, y en una bolsa de papel o de tela, si la corteza es crujiente.

Asimismo, el pan se puede congelar durante un período de tiempo breve (hasta un mes). Simplemente séllelo en una bolsa de polietileno para congelar, o bien corte el pan por la mitad o en rebanadas finas y congélelo en las porciones que vaya a consumir, algo que resulta ideal a la hora de descongelarlo cuando lo necesite. Descongele el pan a temperatura ambiente.

Los panes rápidos (sin levadura) se secan con gran rapidez, por lo que resulta preferible consumirlos recién sacados del horno.

Muchos panes comerciales contienen conservantes o impulsores de la harina, de ahí que tengan un período de conservación más largo que los caseros.

UTENSILIOS PARA PREPARAR EL PAN

Los utensilios para preparar el pan son demasiado numerosos para mencionarlos aquí. No obstante, la mayoría de cocinas modernas dispone del equipo necesario para poder preparar pan.

Nota sobre los moldes para pan Si usa un molde para pan o cualquier otro para hornear pan, es importante que lo elija del tamaño adecuado para la cantidad de masa preparada. Como regla general, el molde debe doblar el volumen de la masa.

Tradicionalmente, los moldes para pan tienen una capacidad de 450-500 g o 900-1.000 g. Sin embargo, existe una amplia gama de tamaños. En este libro, cuando se hace referencia a moldes para pan de 450 g y 900 g, se han empleado los que tienen las siguientes dimensiones aproximadas (las medidas son las *internas* de cada molde):

450 g = 18,5 cm longitud; 9 cm ancho;
5,5 cm altura
900 g = 22 cm longitud; 11 cm ancho;
7 cm altura

Asimismo, se ha empleado un molde que sobrepasa el 1,1 kg de capacidad en algunas recetas, con las siguientes medidas *internas*:

1,1 kg = 25 cm longitud; 11 cm ancho;
7,5 cm altura

Por otro lado, se han empleado otros moldes en diversas recetas de este libro, como los de base desmontable, los redondos y los cuadrados para pasteles, y moldes para *muffins*, así como otros de formas decorativas o para preparaciones como *brioche* o *kugelhopf*. También se ha indicado el tamaño apropiado del molde o su capacidad en las recetas más relevantes.

Los moldes deben untarse con mantequilla o aceite antes de ser utilizados. Para ello, sólo deberá frotar su superficie con papel de cocina impregnado en aceite vegetal. En el caso de los panes horneados sobre una placa, úntela con mantequilla o aceite o espolvoréela con harina antes de utilizarla, puesto que cualquiera de estos sistemas resulta de gran utilidad. Algunas recetas que contienen una elevada proporción de grasa, como las pastas danesas, se deben hornear sobre una placa para el horno, previamente untada con mantequilla, en lugar de con harina para evitar que se adhieran a la misma. En cada receta se han incluido diversas instrucciones sobre la preparación de los moldes o placas de hornear.

MÁQUINAS DE PAN

Existe una amplia variedad de panificadoras domésticas eléctricas, por lo que al seleccionar un modelo apropiado para sus necesidades deberá tener en cuenta diferentes factores, entre ellos la capacidad o el tamaño requeridos y su presupuesto. Infórmese con anterioridad para asegurarse de que ha adquirido el modelo adecuado a sus necesidades.

Se ha incluido un capítulo donde se encuentran recetas que se pueden elaborar con máquinas de pan eléctricas, aunque a lo largo del libro también aparece una selección de recetas apropiadas tanto para realizar a mano como a máquina.

Aunque se proporcionan ingredientes e instrucciones de cocción en cada receta, es necesario que lea cuidadosamente las instrucciones del fabricante antes de embarcarse en la elaboración de cualquier receta. Todas las máquinas de pan son diferentes, de modo que, por ejemplo, quizás deba incorporar los ingredientes en un orden distinto al de nuestras recetas. Siempre debe añadir los ingredientes siguiendo el orden especificado en su libro de instrucciones.

Las máquinas de pan le ahorrarán tiempo y esfuerzo; además, son relativamente fáciles de usar. Antes de empezar, vale la pena que se familiarice con su máquina de pan y experimente con los diferentes mandos y opciones. Con la práctica pronto podrá manejar y programar su máquina. Los nombres de los diferentes mandos, tales como «Horneado rápido» o «Pan blanco básico», pueden diferir ligeramente de uno a otro modelo. El mando para programar el aparato resulta útil en aquellas ocasiones en que no está en casa o está durmiendo. ¡Es muy difícil superar el aroma del pan recién horneado al traspasar la puerta de casa tras una dura jornada, o al despertarse por la mañana!

Al preparar pan en una máquina de pan resulta vital que la sal, el azúcar y la levadura se mantengan por separado. Este hecho es menos importante si prepara pan siguiendo el programa de «Horneado rápido», pues los ingredientes se mezclan tan pronto como empieza el programa.

Los tamaños de las máquinas de pan son diferentes. En los modelos de mayor tamaño se dispone de la opción de preparar hasta tres panes de tamaños diferentes. Se ha seleccionado un pan mediano para estas recetas, puesto que de este modo resulta apto para cualquier máquina.

Los programas varían según el modelo elegido, aunque muchos incluyen un pan blanco básico o normal, integral, multicereales, horneado rápido, pan dulce, pan de pasas, sólo masa, masa de pasas y sólo horneado. Algunos modelos pueden incluir programas más especializados, como pan francés, pastel, de molde o incluso pizza. Una vez más, debe leer cuidadosamente las instrucciones del folleto adjunto para conocer más detalles acerca de los programas que se incluyen en su máquina.

Algunas máquinas ofrecen una elección de tres tonos para la corteza del pan: clara, mediana, oscura. Sin embargo, si su máquina no dispone de esta opción, o si prefiere una corteza más oscura, una vez que el pan esté horneado puede pintar la superficie con un poco de mantequilla derretida o con una yema de huevo mezclada con agua y dorarlo bajo el grill caliente en el horno precalentado a 200 °C durante 5-10 minutos.

Adaptar recetas para utilizarlas en la máquina de pan

Una vez que consiga dominar su máquina de pan quizás desee adaptar algunas de sus recetas para prepararlas en este aparato. No existen fórmulas fáciles para adaptar recetas convencionales y elaborarlas en la máquina, aunque el mejor consejo consiste en leer las recetas de este libro, encontrar alguna que sea similar y adaptarla como guía orientativa. También resulta interesante que lea el libro de instrucciones del fabricante, pues puede proporcionarle consejos para adaptar sus propias recetas en su máquina en particular. Una vez haya probado algunas recetas en su máquina, podrá adaptar las suyas con gran facilidad.

Consejos rápidos para adaptar sus propias recetas

- Asegúrese de que utiliza las cantidades correctas para la máquina, y tenga en cuenta que la cantidad total de ingredientes debe caber en ella. No se exceda en la cantidad máxima recomendada. Si fuese necesario, utilice menos harina y líquido para obtener una cantidad que sea lo más parecida a una receta similar.
- Utilice como guía las cantidades de agua y harina indicadas en este libro, y remítase siempre al libro de instrucciones del fabricante. Mantenga las cantidades de harina y líquido en las proporciones correctas. Quizás deba añadir un poco más de agua que la cantidad que se indica en las recetas preparadas a mano, aunque esto dependerá de varios factores, tales como el tipo de receta, otros ingredientes usados, etc. Con un poco de práctica sabrá la cantidad de líquido que es necesario añadir a la harina que utilice en la elaboración de las masas.
- Mantenga seca la levadura y téngala apartada de los líquidos que debe añadir antes de empezar el proceso de mezclado. Separe la levadura del líquido y añádala antes o después que la harina (siguiendo las instrucciones del libro o folleto).
- Mantenga siempre separados la sal, el azúcar, la mantequilla y la levadura antes de empezar el proceso de mezclado.
- Sustituya siempre la levadura fresca de panadero por la cantidad apropiada de levadura fácil de mezclar o levadura seca rápida (para más detalles consulte las instrucciones del propio fabricante). Como guía general para el pan integral, debe utilizar 1 cucharadita de levadura fácil de mezclar o levadura seca rápida por cada 375 g de harina o 1½ cucharaditas de levadura por cada 675 g de harina.
- Si desea utilizar el reloj programador, emplee leche descremada en polvo y agua en vez de leche fresca.
- Si su receta convencional requiere el empleo de huevos, considérelos como parte de la medida total de líquido.
- Compruebe la consistencia de la masa durante los primeros minutos del mezclado. Recuerde que las máquinas eléctricas requieren una masa ligeramente más blanda que la que se elabora a mano, por lo que quizás deba añadir un poco más de líquido en la preparación. La masa debe tener la suficiente humedad como para resistir a la presión y volver a su forma original. Si la textura de la masa es granulosa o si parece que a la máquina le cuesta trabajar, añada un poco más de agua. Si la masa se adhiere a las paredes del recipiente y no forma una bola, añada un poco más de harina.

Panes sin gluten

Si desea preparar panes sin gluten en la máquina de pan, tenga en cuenta que el programa de horneado rápido produce, generalmente, los mejores resultados. Lea las instrucciones del fabricante para informarse sobre las diferentes opciones recomendadas para los panes sin gluten.

NOTA SOBRE LAS RECETAS

[illegible] las cantidades indicadas en las recetas.

[illegible] de cucharadas y cucharaditas se entienden rasas, a no ser que se indique [illegible] En los comercios encontrará disponibles juegos de cucharas medidoras.

[illegible] de tamaño mediano en las recetas, a no ser que se especifique lo contrario.

[illegible] de cocción se refieren a los hornos eléctricos y a gas. Recuerde que si su [illegible], debe reducir ligeramente la temperatura (generalmente unos 20 °C) y/o [illegible] de horneado. Consulte las instrucciones del fabricante para obtener información [illegible] sobre cómo ajustar la temperatura y tiempo de su horno.

[illegible] de este libro se elaboran con huevos crudos o ligeramente cocidos. Es[illegible] recomendadas para bebés, niños pequeños, mujeres embarazadas, ancia[illegible]

[illegible] indica que la receta puede prepararse en una máquina de pan.

CAPÍTULO 1

Panes y panecillos para cada día

En este capítulo encontrará una selección de deliciosos panes y panecillos que resultan ideales para elaborarlos regularmente. Se incluyen panes y panecillos básicos, así como una selección de panes más inusuales que se saborean en todo el mundo, muchos de ellos a diario.

Elabore panes rústicos y caseros, como el pan integral campesino rápido, el pan de avena, el pan de campo, el pan de leche y el pan de tiesto, o recetas de diferentes países europeos como las «baguettes» francesas, el chapata, el «pugliese», o el pan griego de aceituna. Asimismo, y se desea ir más lejos, disfrutará de recetas como el pan de semillas marroquí, el pan de coco, el pan agrio y los «bagels». También puede elegir entre una deliciosa selección de panecillos, entre los que encontrará los panecillos rústicos, los malteados, los «paninis», o los panecillos de leche, así como otras especialidades, como los palitos de sésamo, los nudos de semillas o los nudos de cheddar.

001 Pan blanco básico

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30-35 minutos*
PARA *2 panes (cada pan para 12-14 raciones)*

700 g de harina de fuerza blanca
2 cucharaditas de sal
1 cucharadita de azúcar blanquilla
1 ½ cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
25 g de mantequilla a dados
unos 450 ml de agua tibia

1 Unte con mantequilla dos moldes de 900 g para pan y resérvelos. Tamice la harina y la sal sobre un cuenco grande, incorpore el azúcar y la levadura y luego mezcle con la mantequilla. Practique un hueco en el centro y, posteriormente, agregue la cantidad de agua suficiente para obtener una masa de textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente untada con harina y amase hasta que quede homogénea y elástica. Realice una bola con la masa y colóquela en un cuenco untado con aceite. Tápela y déjela levar en un lugar cálido hasta que haya doblado su tamaño.
3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina, divídala por la mitad y realice formas ovaladas con cada porción. Presiónelas en los moldes, tape y deje levar 30 minutos o hasta que haya doblado su tamaño.
4 Mientras, caliente el horno a 230 °C. Hornee los panes 15 minutos; luego reduzca la temperatura a 200 °C y hornee de 15-20 minutos, o hasta que el pan esté bien levado, dorado y suene hueco al golpear la base. Colóquelos en una rejilla metálica. Córtelos en rebanadas y sírvalos.

VARIANTE *Si no dispone de moldes para pan, amase en forma de círculo u óvalo (o divida la masa por la mitad y haga de cada porción un círculo u óvalo), colóquelos en una placa de hornear untada con mantequilla y hornee como se ha indicado.*

002 Pan integral básico

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30-35 minutos*
PARA *2 panes (cada pan para 12-14 raciones)*

225 g de harina de fuerza blanca
450 g de harina de fuerza integral
2 cucharaditas de sal
1 cucharadita de azúcar blanquilla
2 cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
25 g de mantequilla a dados
unos 450 ml de agua tibia

1 Unte con mantequilla dos moldes de 900 g para pan y resérvelos. Tamice la harina blanca sobre un cuenco grande; luego mézclela con la integral, la sal, el azúcar y la levadura. Amase la mantequilla junto con la mezcla de harina. Practique un hueco en el centro, luego añada el agua y mezcle hasta obtener una masa de textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amásela hasta que su textura sea homogénea y elástica. Realice una bola con la masa y colóquela en un cuenco untado con aceite. Tápela y déjela levar en un lugar cálido hasta que haya doblado su tamaño.
3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina, luego divídala por la mitad y realice formas ovaladas con cada porción. Presiónelas en los moldes, tape y deje levar de nuevo unos 30 minutos o hasta que haya doblado su tamaño.
4 Mientras, caliente el horno a 230 °C. Hornee los panes 15 minutos; luego reduzca la temperatura del horno a 200 °C y hornee otros 15-20 minutos o hasta que el pan haya levado, esté ligeramente dorado y suene hueco al golpear la base. Colóquelos en una rejilla metálica. Sírvalos cortados en rebanadas.

003 Pan moreno granjero

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30-35 minutos*
PARA *1 pan (para 10-12 raciones)*

450 g de harina de fuerza morena, y un poco más para espolvorear
25 g de salvado de trigo
1 sobre (7 g) de levadura seca rápida
1 cucharadita de sal
25 g de mantequilla a dados
1 cucharada de miel clara
unos 300 ml de leche tibia

1 Unte con mantequilla un molde de 900 g para pan y resérvelo. Mezcle la harina, el salvado de trigo, la levadura y la sal en un cuenco grande y luego amase con la mantequilla. Practique un hueco en el centro, añada la miel y la cantidad de leche suficiente y mezcle hasta obtener una masa de textura blanda.

2 Practique la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amásela hasta que la textura sea homogénea y elástica. Realice una bola con la masa y colóquela en el molde. Sirviéndose de un cuchillo afilado, entalle un motivo sobre la superficie de la masa, si lo desea. Tape y deje levar en un lugar cálido hasta que haya doblado su tamaño.

3 Mientras, caliente el horno a 230 °C. Espolvoree la superficie del pan con un poco de harina. Hornee 15 minutos; luego reduzca la temperatura del horno a 200 °C y hornee otros 15-20 minutos, o hasta que el pan haya levado, esté ligeramente dorado y suene hueco al golpear su base. Colóquelo en una rejilla metálica.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *En líneas generales, utilice las cantidades indicadas en la receta principal; no obstante, modifique los siguientes ingredientes: 315 ml de leche, 1 ¼ cucharaditas de sal y 2 cucharaditas de levadura seca rápida, y añada 2 cucharaditas de azúcar moreno blando. Incorpore los ingredientes en la máquina en el orden especificado en su libro de instrucciones. Utilice la opción para pan integral o similar.*

004 Pan casero malteado

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30-35 minutos*
PARA *1 pan grande (para 14-16 raciones)*

350 g de harina de fuerza de trigo malteado
350 g de harina de fuerza integral, y un poco más para espolvorear
2 cucharaditas de sal
25 g de mantequilla a dados
2 cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
1 cucharada de extracto de malta
150 ml de leche tibia
unos 300 ml de agua caliente

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina una placa de hornear y resérvela. Mezcle las harinas y la sal en un cuenco grande, luego amase con la mantequilla. Mezcle con la levadura. Practique un hueco en el centro e incorpore el extracto de malta, la leche y la cantidad de agua suficiente para obtener una masa blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta obtener una textura homogénea y elástica. Forme una bola con la masa, luego colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.

3 [illegible] la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y haga un círculo. Colóquelo sobre la placa de hornear, tápela y deje levar de nuevo unos 30 minutos, o hasta que haya doblado su tamaño. Con la ayuda de un cuchillo afilado, practique unas entallas sobre la superficie del pan y espolvoréelo con un poco de harina.

4 Mientras, caliente el horno a 230 °C. Hornee el pan 15 minutos; luego reduzca la temperatura del horno a 200 °C y hornee otros 15-20 minutos o hasta que el pan haya levado, esté ligeramente dorado y suene hueco al golpear su base. Colóquelo en una rejilla metálica para que se enfríe. Sírvalo cortado en rebanadas.

VARIANTES *Utilice harina de fuerza de trigo malteado en lugar de la mezcla de harinas, si lo desea. También puede utilizar harina de fuerza blanca en lugar de la harina de fuerza integral.*

005 Pan blanco familiar

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30-35 minutos*
PARA *1 pan grande (para 14-16 raciones)*

700 g de harina de fuerza blanca, y un poco más para espolvorear
2 cucharaditas de sal
25 g de mantequilla a dados
1 sobre (7 g) de levadura seca fácil de mezclar
1 cucharadita de azúcar blanquilla
150 ml de leche tibia
unos 300 ml de agua tibia

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina una placa de hornear y resérvela. Tamice la harina sobre un cuenco grande y después amase con la mantequilla. Mezcle con la levadura y el azúcar. Practique un hueco en el centro y agregue la leche y la cantidad suficiente de agua para obtener una masa de textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que obtenga una textura homogénea y elástica. Realice una bola con la masa y colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite. Tape y deje levar en un lugar cálido hasta que haya doblado su tamaño.
3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y realice una forma ovalada. Colóquela sobre la placa de hornear, tape y deje levar de nuevo unos 30 minutos, o hasta que haya doblado su tamaño.
4 Mientras, caliente el horno a 230 °C. Con la ayuda de un cuchillo afilado, entalle la superficie del pan de forma diagonal en tres o 4 cortes; luego espolvoréela con un poco de harina. Hornee el pan 10 minutos y, posteriormente, reduzca la temperatura a 200 °C y hornee otros 20-25 minutos o hasta que el pan haya levado, esté dorado y suene hueco al golpearlo en la parte inferior. Colóquelo en una rejilla metálica para que se enfríe. Córtelo en rebanadas.

006 Pan integral campesino rápido

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30-35 minutos*
PARA *2 panes (cada uno para 12-14 raciones)*

700 g de harina de fuerza integral
2 cucharaditas de sal
1 cucharadita de azúcar blanquilla
25 g de mantequilla a dados
1 sobre (7 g) de levadura seca rápida
unos 450 ml de agua templada
un poco de leche para glasear
2 cucharadas de trigo fragmentado

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina 2 placas de hornear o dos moldes de 900 g para pan y resérvelos. Mezcle la harina, la sal y el azúcar en un cuenco grande; luego amase con la mantequilla. Incorpore la levadura y no deje de amasar. Practique un hueco en el centro y añada la cantidad de agua suficiente para que al mezclar obtenga una masa de textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta obtener una textura homogénea y elástica. Divida la masa por la mitad, confiera a cada porción una forma redonda y colóquelas en las placas de hornear, o dé a cada porción una forma ovalada y colóquelas en los moldes. Tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
3 Mientras, caliente el horno a 230 °C. Unte la superficie de cada pan con un poco de leche ayudándose de un pincel y luego esparza por encima el trigo fragmentado. Hornee los panes 15 minutos y reduzca la temperatura del horno a 200 °C. Después hornee otros 15-20 minutos, o hasta que el pan esté hinchado, ligeramente dorado y suene hueco al golpear su base. Colóquelo en una rejilla metálica y deje enfriar. Corte en rebanadas.

007 Pan integral malteado

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30-35 minutos*
PARA *1 pan grande (para 14-16 raciones)*

450 g de harina de fuerza de trigo malteado
225 g de harina de fuerza integral
2 cucharaditas de sal
25 g de mantequilla a dados
2 cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
150 ml de leche templada, y un poco más para glasear
2 cucharadas de extracto de malta
unos 300 ml de agua templada
trigo cuarteado o fragmentado para espolvorear

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina una placa de hornear y resérvela. Mezcle las harinas y la sal en un cuenco grande y amase con la mantequilla. Incorpore la levadura mientras amasa. Practique un hueco en el centro, agregue la leche, el extracto de malta y la cantidad de agua suficiente para obtener una masa de textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina y amase. Realice una bola con la masa, y colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite. Tape y deje levar.

3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo previamente espolvoreada con harina y forme una bola grande. Colóquela sobre la placa de hornear, tape y deje levar de nuevo unos 30 minutos o hasta que haya doblado su tamaño.

4 Mientras, caliente el horno a 230 °C. Entalle la superficie del pan en forma de cruz con un cuchillo afilado, aplique un poco de leche con un pincel y esparza por encima el trigo fragmentado.

5 Hornee 10 minutos; luego reduzca la temperatura del horno a 200 °C y hornee otros 20-25 minutos o hasta que el pan haya levado, esté ligeramente dorado y al golpear su base suene hueca. Colóquelo en una rejilla metálica para que se enfríe. Córtelo en rebanadas.

008 Pan de multicereales

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30-35 minutos*
PARA *2 panes (cada pan para 10-12 raciones)*

280 g de harina de fuerza integral
280 g de harina de trigo malteado integral
115 g de harina de centeno
2 cucharaditas de sal
25 g de mantequilla a dados
1 cucharadita de azúcar moreno blando
1 sobre (7 g) de levadura seca fácil de mezclar
55 g de copos de avena
55 g de mezcla de semillas, como sésamo, pipas de girasol, amapola y un poco más para esparcir por la superficie del pan
2 cucharadas de extracto de malta
150 ml de leche templada y un poco más para glasear
unos 300 ml de agua templada

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina dos placas de hornear y resérvelas. Mezcle las harinas y la sal en un cuenco grande y, posteriormente, amase. Incorpore, sin dejar de amasar, el azúcar, la levadura, la avena y la mezcla de semillas. Practique un hueco en el centro y agregue el extracto de malta, la leche y la cantidad de agua suficiente para obtener una masa de textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Realice una bola con la masa y colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite. Tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina, divídala por la mitad y haga círculos u óvalos con cada una de las porciones. Colóquelos sobre las placas de hornear, tape y deje levar de nuevo unos 30 minutos, o hasta que haya doblado su tamaño.
4 Mientras, caliente el horno a 220 °C. Unte la superficie de cada pan con un poco de leche sirviéndose de un pincel y esparza por encima algunas semillas. Practique una incisión a lo largo del centro de cada pan con un cuchillo afilado, si lo desea.
5 Hornee los panes durante 15 minutos; luego reduzca la temperatura del horno a 190 °C y hornee otros 15-20 minutos, o hasta que el pan haya levado, esté ligeramente dorado y suene hueco al golpear la base. Coloque los panes en una rejilla metálica para que se enfríen.

VARIANTE *Utilice dos moldes de 900 g para pan en vez de las placas de hornear. Divida la masa aplastada por la mitad y haga panes de forma ovalada. Colóquelos en los moldes. Deje levar y hornee como se ha indicado.*

009 Pan de avena

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30-35 minutos*
PARA *1 pan (para 12-14 raciones)*

450 g de harina morena integral
125 g de harina de avena de molienda media
100 g de harina de avena fina
1 sobre (7 g) de levadura seca rápida
2 cucharaditas de sal
1 cucharada de miel clara
150 ml de leche templada
unos 200 ml de agua templada
copos de avena para espolvorear

1 Unte con mantequilla una placa de hornear y resérvela. Mezcle la harina junto con las harinas de avena, la levadura y la sal en un cuenco. Practique un hueco en el centro y añada la miel, la leche y la cantidad de agua suficiente y mezcle hasta obtener una masa de textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que esté homogénea y elástica. Realice un círculo o un óvalo con la masa y colóquelo sobre la placa de hornear. Tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
3 Mientras, caliente el horno a 230 °C. Unte ligeramente la superficie del pan con agua ayudándose con un pincel y esparza por encima los copos de avena. Hornee 15 minutos, reduzca la temperatura del horno a 200 °C y hornee otros 15-20 minutos, o hasta que el pan haya levado, esté dorado y suene hueco al golpear su base. Colóquelo en una rejilla metálica para que se enfríe. Córtelo en rebanadas.

010 Pan de molde

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30-35 minutos*
PARA *2 panes (cada pan para 12-14 raciones)*

350 g de harina de fuerza blanca
350 g de harina de fuerza integral y un poco más para espolvorear
2 cucharaditas de sal
1 cucharadita de azúcar blanquilla
1 sobre (7 g) de levadura seca rápida
1 huevo ligeramente batido
unos 350 ml de leche templada

1 Unte con mantequilla dos moldes de 900 g para pan y resérvelos. Tamice la harina blanca sobre un cuenco grande y agregue la harina integral, la sal, el azúcar y la levadura. Practique un hueco en el centro, añada el huevo y la cantidad de leche suficiente y amase hasta obtener una masa de textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Divídala por la mitad y forme con cada porción un rectángulo de la misma longitud que el tamaño de los moldes. Enrolle cada porción de masa a partir de un extremo corto. Coloque en los moldes, con los lados de la unión hacia abajo y oculte los extremos. Tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.

3 Mientras, caliente el horno a 230 °C. Espolvoree ligeramente con harina integral las superficies de los panes. Practique una incisión profunda con un cuchillo afilado a lo largo del centro de los panes.

4 Hornee los panes 15 minutos; luego reduzca la temperatura del horno a 200 °C y hornee otros 15-20 minutos, o hasta que el pan haya levado, esté ligeramente dorado y suene hueco al golpear su base. Colóquelo en una rejilla metálica y déjelo enfriar.

VARIANTE *Si no dispone de moldes para pan apropiados para esta receta, forme con la masa dos círculos, dos óvalos o cualqier otra forma y colóquelos sobre las placas de hornear. Deje levar y hornee como se ha indicado.*

011 Pan de leche

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *40-50 minutos*
PARA *1 pan grande (para 14-16 raciones)*

700 g de harina de fuerza blanca
2 cucharaditas de sal
1 cucharadita de azúcar blanquilla
1 ½ cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
25 g de mantequilla a dados
150 ml de leche templada
unos 300 ml de agua templada
1 huevo

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina una placa de hornear y resérvela. Tamice la harina y la sal en un cuenco, mézclela con el azúcar y la levadura y luego amase con la mantequilla. Practique un hueco en el centro, agregue la leche y el agua y amase hasta obtener una masa de textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina y amase hasta obtener una textura homogénea y elástica. Haga un círculo con la masa y colóquela sobre la placa de hornear untada con aceite. Tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.

3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina y extiéndala con el rodillo hasta obtener un rectángulo de unos 2,5 cm de grosor. Empezando por el lado más estrecho, enrolle la masa como si se tratara de un brazo de gitano para obtener un rollo corto pero grueso. Apriételo en cada vuelta para sellarlo. En el último sellado, presione la masa y oculte los extremos. Coloque el pan sobre la placa, con el lado de la unión por debajo, tape y deje levar de nuevo hasta que haya doblado su tamaño.

4 Mientras, caliente el horno a 230 °C. Bata el huevo con 1-2 cucharadas de agua en un cuenco pequeño, y aplique la mezcla con un pincel en la superficie de la masa. Practique a intervalos regulares unas 5 o 6 entallas profundas en sentido diagonal sobre la superficie del pan. Aplique el glaseado de huevo con un pincel.

5 Hornee el pan 15 minutos, reduzca la temperatura del horno a 200 °C y hornee otros 25-35 minutos, o hasta que el pan haya levado, esté dorado y al golpear su base suene hueco. Colóquelo en una rejilla metálica para que se enfríe. Sírvalo cortado en rebanadas.

VARIANTE *Aplique agua salada con un pincel en vez del glaseado de huevo, si lo desea.*

012 Pan de campo

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30-35 minutos*
PARA *1 pan grande (para 14-16 raciones)*

700 g de harina de fuerza blanca y un poco más para espolvorear
2 cucharaditas de sal
25 g de mantequilla a dados
1 sobre (7 g) de levadura seca fácil de mezclar
1 cucharadita de azúcar blanquilla
unos 400 ml de agua templada
huevo batido para glasear

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina dos placas para hornear y resérvelas. Tamice la harina y la sal sobre un cuenco, y amase con la mantequilla. Mezcle con la levadura y el azúcar. Practique un hueco en el centro, agregue la cantidad de agua suficiente y amase hasta obtener una masa bastante firme. Para conseguir una buena forma, la masa de pan de esta receta debe estar lo suficientemente firme para que el círculo de masa inferior pueda soportar el peso de la porción de masa superior sin derrumbarse. Y, si la forma es desigual, no se preocupe, el pan resultará delicioso.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina y amase hasta que la textura sea homogénea y elástica. Haga una bola con la masa, colóquela en un cuenco untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.

3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina y corte un tercio de la misma. Haga dos bolas con la masa y coloque cada una sobre la placa de hornear. Tape y deje levar en un lugar caliente hasta que hayan doblado su tamaño.

4 Mientras, caliente el horno a 220 °C. Aplaste suavemente cada bola de masa y coloque cuidadosamente la bola pequeña encima de la grande. Presione suavemente en el centro de la masa con el mango de una cuchara de madera previamente espolvoreado con harina para unir ambas piezas, y aumente ligeramente el agujero obtenido con sus dedos. Deje reposar entre 5-10 minutos.

5 Unte el pan con el huevo batido sirviéndose de un pincel y espolvoréelo con un poco de harina. Practique entallas a intervalos regulares sobre la superficie del pan y alrededor de su base con un cuchillo muy afilado. Hornee de 30 a 35 minutos, o hasta que el pan esté dorado y suene hueco al golpear su base. Colóquelo en una rejilla para que se enfríe. Córtelo en rebanadas.

013 Pan redondo

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30-35 minutos*
PARA *2 panes (cada pan para 8-10 raciones)*

700 g de harina de fuerza blanca de grano blando
2 cucharaditas de sal
15 g de mantequilla a dados
2 cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
1 cucharadita de azúcar blanquilla
unos 450 ml de agua templada

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina dos placas de hornear y resérvelas. Tamice la harina y la sal en un cuenco grande, y amase con la mantequilla. Incorpore, al mismo tiempo que va amasando, la levadura y el azúcar. Practique un hueco en el centro, agregue la cantidad de agua necesaria y mezcle hasta obtener una masa de textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Haga una bola con la masa y colóquela en un cuenco untado con aceite. Tape y deje levar en un lugar caliente o hasta que haya doblado su tamaño.

3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y divídala por la mitad. Dé a cada trozo de masa una forma redonda y luego colóquelos sobre la placa de hornear. Tape y deje levar otros 30 minutos, o hasta que haya doblado su tamaño.

4 Mientras, caliente el horno a 230 °C. Espolvoree cada pan con harina. Hornee los panes durante 15 minutos, reduzca la temperatura del horno a 200 °C y hornee otros 15-20 minutos, o hasta que el pan esté dorado y al golpear su base suene hueca. Colóquelos en una rejilla metálica para que se enfríen. Sírvalos cortados en rebanadas.

014 Pan de leche

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30-40 minutos*
PARA *2 panes (cada pan para 12-14 raciones)*

700 g de harina de fuerza blanca
2 cucharaditas de sal
55 g de mantequilla a dados
1 cucharadita de azúcar blanquilla
1 sobre (7 g) de levadura seca fácil de mezclar
unos 425 ml de leche templada

1 Unte con mantequilla dos moldes de 900 g para pan (o 2 placas para hornear) y resérvelos. Tamice la harina y la sal sobre un cuenco grande y amase con la mantequilla. Incorpore el azúcar y la levadura. Practique un hueco en el centro, y añada la cantidad de leche suficiente para obtener una masa de textura blanda.

2 Vierta la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Realice una bola con la masa, colóquela en un cuenco untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.

3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina, divídala por la mitad y con cada parte haga una forma redonda u ovalada. Presione la masa en los moldes (o colóquela en las placas de hornear), tape y deje levar unos 30 minutos o hasta que haya doblado su tamaño.

4 Mientras, caliente el horno a 200 °C. Hornee los panes de 30 a 40 minutos, o hasta que hayan levado, estén dorados y suenen hueco al golpear sus bases. Colóquelos sobre una rejilla metálica y déjelos enfriar. Sírvalos cortados en rebanadas.

015 Corona

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30-40 minutos*
PARA *1 pan (para 10 raciones)*

700 g de harina de fuerza morena y un poco más para espolvorear
2 cucharaditas de sal
25 g de mantequilla a dados
1 cucharadita de azúcar blanquilla
2 cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
150 ml de leche templada
unos 300 ml de agua templada

1 Unte con mantequilla un molde redondo de 20-23 cm de diámetro y resérvelo. Mezcle la harina y la sal en un cuenco grande y amase con la mantequilla. Incorpore, sin dejar de mezclar, la levadura y el azúcar. Practique un hueco en el centro y agregue la cantidad suficiente de leche y agua para obtener una masa de textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Haga una bola con la masa, colóquela en un cuenco untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.

3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo untada con harina y divídala en 10 porciones iguales. Forme una bola con cada una de ellas. Coloque 7 bolas en el borde externo del molde, y ponga las 3 restantes en el centro. Tape y deje levar de nuevo 30 minutos o hasta que haya doblado su tamaño.

4 Mientras, caliente el horno a 200 °C. Espolvoree la superficie del pan con un poco de harina. Hornee el pan de 30 a 40 minutos o hasta que haya levado, esté ligeramente dorado y al golpear su base suene hueca. Déjelo en el molde unos minutos, desmolde y colóquelo sobre una rejilla metálica para que se enfríe. Antes de servir, divídalo en porciones.

VARIANTE *Pinte la superficie del pan levado con un poco de leche y esparza por encima semillas de sésamo o de amapola antes de hornear.*

016 Pan de trigo malteado a las hierbas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30-35 minutos*
PARA *1 pan (para 8-10 raciones)*

450 g de harina de fuerza de trigo malteado
1 cucharadita de sal
25 g de mantequilla a dados
1 ½ cucharaditas de levadura seca rápida
½ cucharadita de azúcar blanquilla
1 cucharada de hierbas variadas picadas, como cebollino, salvia y mejorana
1 cucharada de perejil fresco picado
1 ½ cucharaditas de pimienta negra acabada de moler
unos 300 ml de agua templada
leche para glasear
semillas de sésamo para espolvorear

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina una placa para hornear y resérvela. Mezcle la harina y la sal en un cuenco grande y amase con la mantequilla. Incorpore, sin dejar de amasar, la levadura, el azúcar, las hierbas picadas y la pimienta negra. Practique un hueco en el centro, añada la cantidad de agua suficiente y mezcle hasta obtener una masa de textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Haga una bola con la masa y colóquela sobre la placa de hornear. Tape y deje levar en un lugar caliente durante 1 hora, o hasta que haya doblado su tamaño.

3 Mientras, caliente el horno a 230 °C. Pinte la superficie del pan con un poco de leche y esparza por encima las semillas de sésamo. Hornee el pan 10 minutos, reduzca la temperatura del horno a 200 °C y hornee de 20 a 25 minutos más o hasta que el pan haya levado, esté dorado y al golpear su base suene hueca. Déjelo enfriar sobre una rejilla metálica. Sírvalo cortado en rebanadas.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Use las cantidades indicadas en la receta, pero rectifique los siguientes ingredientes: 300 ml de agua, 2 cucharaditas de sal y 2 cucharaditas de azúcar blanquilla y añada 1 cucharada de leche en polvo descremada. Añada los ingredientes en el orden especificado en el libro de instrucciones. Utilice el mando específico para el pan integral o similar.*

017 Rosca trenzada con tres semillas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30-35 minutos*
PARA *1 pan grande (para 14-16 raciones)*

700 g de harina de fuerza blanca
2 cucharaditas de sal
25 g de mantequilla a dados
1 cucharadita de azúcar blanquilla
2 cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
3 cucharadas de semillas de sésamo
3 cucharadas de pipas de girasol
3 cucharadas de semillas de amapola o linaza
un poco de leche para glasear
más semillas para espolvorear

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina una placa de hornear y resérvela. Tamice la harina y la sal en un cuenco grande y amase con la mantequilla. Mezcle con el azúcar, la levadura y las semillas. Practique un hueco en el centro, añada la cantidad de agua suficiente, y mezcle hasta obtener una masa de textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Realice una bola con la masa, colóquela en un cuenco untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.

3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y divídala en tres porciones iguales. Enrolle cada porción dándole forma de cuerda o salchicha alargada, cada una de unos 30 cm de longitud, y colóquelas una al lado de la otra. Pince los extremos para sellarlos. Trence holgadamente las cuerdas empezando por un extremo y luego píncelas al final del otro extremo. Pinte, sirviéndose de un pincel, ambos extremos con un poco de leche y, posteriormente, confiera a la trenza una forma de anillo, presionando ambos extremos para sellarlos.

4 Coloque el anillo trenzado sobre la placa de hornear, tape y deje levar de nuevo 30 minutos o hasta que haya doblado su tamaño.

5 Mientras, caliente el horno a 200 °C. Pinte el anillo trenzado con un poco de leche y espolvoréelo con semillas. Hornee el pan de 30 a 35 minutos, o hasta que el anillo haya subido, esté dorado y al golpear su base suene hueca. Colóquelo en una rejilla para que se enfríe. Sírvalo cortado en rebanadas.

018 Pan de espelta

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *40-50 minutos*
PARA *2 panes (cada pan para 12-14 raciones)*

800 g de harina de espelta
2 cucharaditas de sal
1 sobre (7 g) de levadura seca rápida
2 cucharadas de aceite de oliva suave
1 cucharadita de miel clara
600 ml de agua caliente
semillas de sésamo para espolvorear (opcional)

1 Unte con mantequilla dos moldes de 900 g para pan y resérvelos. Mezcle la harina y la sal en un cuenco grande e incorpore la levadura. Practique un hueco en el centro, y agregue a continuación el aceite, la miel y el agua. Mezcle vigorosamente con la mano de 5 a 10 minutos, o hasta que la masa empiece a despegarse de las paredes del cuenco dejándolo limpio. Tenga en cuenta que la masa todavía puede resultar un poco pegajosa.

2 Coloque la masa en los moldes; llene cada uno hasta la mitad y empuje la masa hacia las esquinas. Espolvoree con las semillas de sésamo. Tape y deje levar en un lugar caliente durante 1 hora, o hasta que la masa llegue hasta el borde del molde.

3 Mientras, caliente el horno a 200 °C. Hornee los panes de 40 a 50 minutos, o hasta que el pan esté ligeramente dorado y al golpear su base suene hueca. El pan tendrá una superficie más plana que abombada. Coloque los panes en una rejilla metálica y déjelos enfriar. Sírvalos cortados en rebanadas.

019 Pan de patata

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30-40 minutos*
PARA *1 pan (para 8-10 raciones)*

1 patata grande harinosa, de unos 350 g
500 g de harina de fuerza blanca o integral y un poco más para espolvorear
1 sobre (7 g) de levadura seca fácil de mezclar
2 cucharaditas de sal
55 g de queso cheddar curado rallado
1 ½ cucharaditas de hierbas secas de Provenza
un poco de pimienta negra acabada de moler
unos 175 ml de agua templada

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina una placa de hornear y resérvela. Pele y corte a dados la patata; luego cuézala en un cazo con agua hirviendo de 10 a 15 minutos, o hasta que esté tierna. Escúrrala bien, aplástela y resérvela para que se enfríe un poco.

2 Mezcle la harina, la levadura, la sal, el queso, las hierbas secas y la pimienta negra en un cuenco grande. Agregue la patata y mézclela con la preparación de harina con la ayuda de los dedos. Practique un hueco en el centro y agregue el agua, poco a poco, sin dejar de mezclar, hasta obtener una masa de textura blanda.

3 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase bien hasta obtener una textura homogénea y elástica. Forme una bola con la masa y colóquela en un cuenco untado con aceite; tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.

4 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y forme un círculo u óvalo y colóquelo sobre la placa de hornear. Tape y deje levar de nuevo hasta que doble su tamaño.

5 Mientras, caliente el horno a 200 °C. Espolvoree la superficie del pan con un poco de harina. Hornee el pan de 30 a 40 minutos, o hasta que haya levado, esté dorado y al golpear su base suene hueca. Colóquelo en una rejilla metálica para que se enfríe. Sírvalo cortado en rebanadas.

VARIANTES *Utilice queso manchego o parmesano en vez del cheddar. Mezcle ½-1 cucharadita de semillas de alcaravea molidas con los ingredientes secos en vez de las hierbas secas.*

020 Pan de cebada

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30-35 minutos*
PARA *1 pan (para 10-12 raciones)*

225 g de harina de fuerza morena
225 g de harina de cebada
2 cucharaditas de sal
1 cucharadita de azúcar blanquilla
3 cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
unos 300 ml de agua templada

1 Unte con mantequilla un molde de 900 g para pan y resérvelo. Mezcle las harinas y la sal en un cuenco grande y agregue la levadura y el azúcar. Practique un hueco en el centro y añada el agua. Mezcle hasta obtener una masa de textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Haga una bola con la masa, colóquela en un cuenco untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño (precisará de 2-3 horas).

3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y forme un óvalo. Colóquela en el molde, tape y leve de nuevo durante 1 hora o hasta que haya doblado su tamaño.

4 Mientras, caliente el horno a 230 °C. Hornee el pan durante 10 minutos, reduzca la temperatura del horno a 200 °C y hornee otros 20-25 minutos o hasta que el pan haya subido, esté ligeramente dorado y al golpear su base suene hueca. Colóquelo sobre una rejilla metálica y déjelo enfriar. Sírvalo cortado en rebanadas.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Utilice las cantidades indicadas en la receta, pero modifique los siguientes ingredientes: 350 ml de agua, 400 g de harina de fuerza morena, 115 g de harina de cebada, 2 cucharaditas de azúcar blanquilla, 1 ½ cucharaditas de levadura seca rápida. Añada los ingredientes en la máquina en el orden indicado en su libro de instrucciones. Utilice el botón para masa y siga a partir del paso 3.*

021 Pan de tiesto

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *35-40 minutos*
PARA *2 panes*

450 g de harina de fuerza morena
1 ½ cucharaditas de sal
25 g de mantequilla a dados
2 cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
1 cucharadita de azúcar blanquilla
55 g de copos de cebada y un poco más
1-2 cucharadas de hierbas variadas frescas picadas
1 cucharada de extracto de malta
unos 250 ml de agua templada
leche para glasear

1 Necesitará dos tiestos de terracota o cerámica aptos para hornear (de unos 14 cm de diámetro y 12 cm de altura) para el pan. Para sellar los tiestos pinte con aceite vegetal, sirviéndose de un pincel, su interior y exterior, y colóquelos en el horno caliente a 200 °C durante 30 minutos. Déjelos enfriar y repita el proceso hasta que los tiestos estén perfectamente impregnados con el aceite. No los lave después, simplemente páseles un papel de cocina.
2 Unte los tiestos con mantequilla y resérvelos. Mezcle la harina y la sal en un cuenco y amase con la mantequilla. Agregue la levadura, el azúcar, los copos de cebada y las hierbas. Incorpore el extracto de malta y el agua y mezcle hasta obtener una masa de textura blanda.
3 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea. Forme una bola y colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite. Tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
4 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina y divídala por la mitad. Introduzca cada porción en los tiestos. La masa deberá llegar a la mitad de la altura de los mismos. Tape y deje levar de nuevo de 45 a 60 minutos.
5 Mientras, caliente el horno a 200 °C. Pinte la superficie de los panes con un poco de leche y espolvoree con copos de cebada.
6 Hornee de 35 a 40 minutos, o hasta que el pan haya levado y al golpear su base suene hueca. Coloque los panes sobre una rejilla metálica para que se enfríen. Sírvalos cortados en rebanadas.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Utilice las cantidades indicadas en la receta, pero varíe los siguientes ingredientes: 315 ml de agua, 2 cucharaditas de azúcar blanquilla y levadura seca rápida. Añada los ingredientes en la máquina en el orden especificado en el libro de instrucciones. Utilice la opción para masa, y siga a partir del paso 4 de la receta.*

022 Pan de boniato

TIEMPO DE PREPARACIÓN *35 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30-35 minutos*
PARA *1 pan grande (para 14-16 raciones)*

350 g de boniatos
500 g de harina de fuerza blanca
2 cucharaditas de sal
1 sobre (7 g) de levadura seca fácil de mezclar
1 ½ cucharaditas de semillas de alcaravea y un poco más para espolvorear
un poco de pimienta negra acabada de moler
unos 175 ml de agua templada

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina una placa de hornear y resérvela. Pele y corte a dados los boniatos, luego cuézalos en una cacerola con agua hirviendo durante 15 minutos o hasta que estén tiernos. Escúrralos bien, aplástelos y resérvelos para que se enfríen.
2 Tamice la harina y la sal en un cuenco grande, agregue los boniatos aplastados y amase con la harina. Incorpore, sin dejar de amasar, la levadura, las semillas de alcaravea y la pimienta negra; luego practique un hueco en el centro y añada el agua necesaria, sin dejar de mezclar, hasta obtener una masa de textura blanda.
3 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Haga con la masa una bola, colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
4 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y confiérale una forma de pan redondo u ovalado. Coloque la masa en la placa, tape y deje levar de nuevo durante 30 minutos, o hasta que haya doblado su tamaño.
5 Mientras, caliente el horno a 200 °C. Pinte ligeramente la superficie del pan con agua y esparza las semillas de alcaravea por encima. Entalle la superficie del pan con un cuchillo afilado formando 3 o 4 cortes entrecruzados en diagonal.
6 Hornee el pan de 30 a 35 minutos, o hasta que haya subido, esté dorado y al golpear su base suene hueca. Colóquelo en una rejilla para que se enfríe. Sírvalo cortado en rebanadas.

023 Pan de pipas de calabaza

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30-35 minutos*
PARA *1 pan (para 12-14 raciones)*

350 g de harina de fuerza blanca
2 cucharaditas de sal
225 g de harina de centeno
1 sobre (7 g) de levadura seca rápida
2 cucharadas de aceite de oliva
150 ml de leche templada
unos 150 ml de agua templada
115 g de pipas de calabaza, picadas a grandes trozos
2 cucharadas de semillas de cilantro picadas a grandes trozos
1 cucharada de semillas de hinojo

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina una placa de hornear y resérvela. Tamice la harina blanca y la sal en un cuenco y agregue la harina de centeno. Amase la mezcla con la levadura. Practique un hueco en el centro, agregue el aceite, la leche y el agua y mezcle hasta obtener una masa de textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Esparza las pepitas de calabaza y las semillas de hinojo y cilantro sobre la masa y amase suavemente hasta que se distribuyan homogéneamente.
3 Forme un redondel u óvalo con la pasta y colóquelo sobre la placa de hornear. Tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
4 Mientras, caliente el horno a 220 °C. Practique varias incisiones entrecruzadas sobre la superficie de la masa para obtener un diseño romboidal. Hornee el pan 15 minutos; luego reduzca la temperatura del horno a 190 °C y hornee otros 15-20 minutos o hasta que el pan haya levado, esté ligeramente dorado y al golpear su base suene hueca. Colóquelo en una rejilla metálica para que se enfríe. Sírvalo cortado en rebanadas.

024 Trenza de hierbas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *30 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *35-45 minutos*
PARA *1 pan (para 10 raciones)*

450 g de harina de fuerza blanca
1 ½ cucharaditas de sal
1 sobre (7 g) de levadura seca fácil de mezclar
85 g de queso cheddar curado rallado
1 cucharada de hierbas secas de Provenza
150 ml de leche templada y un poco más para glasear
unos 150 ml de agua templada

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina una placa de hornear y resérvela. Tamice la harina y la sal en un cuenco y amase con la mantequilla. Mezcle con la levadura, el queso y las hierbas secas. Practique un hueco en el centro, vierta la leche y el agua y amase hasta obtener una textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Haga una bola con la masa, colóquela en un cuenco untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina, y divídala por la mitad. Extienda cada trozo de masa en forma de salchicha o cuerda alargada y colóquelos uno al lado del otro. Pince en un extremo para que se unan. Trence las cuerdas de masa y píncelas luego en el otro extremo.
4 Coloque la trenza sobre la placa de hornear. Tápela y déjela levar de nuevo unos 30 minutos o hasta que haya doblado su tamaño.
5 Mientras, caliente el horno a 190 °C. Pinte, sirviéndose de un pincel, la trenza con un poco de leche. Hornéela de 35 a 45 minutos, o hasta que el pan haya levado, esté dorado y al golpear su base suene hueca. Colóquelo en una rejilla metálica para que se enfríe. Sírvalo cortado en rebanadas.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Utilice las cantidades indicadas en la receta principal, pero rectifique los siguientes ingredientes: 150 ml de leche, 150 ml de agua, 1 ¼ cucharaditas de sal, 1 ½ cucharaditas de levadura seca rápida y 1 ½ cucharaditas de azúcar blanquilla. Añada los ingredientes en la máquina en el orden especificado en su libro de instrucciones. Utilice la opción de masa para esta receta y luego continúe a partir del paso 3.*

025 Pan de nueces rústico

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30-35 minutos*
PARA *2 panes (cada pan para 10-12 raciones)*

700 g de harina de fuerza blanca y un poco más para espolvorear
2 cucharaditas de sal
2 cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
140 g de nueces, ligeramente picadas
3 cucharadas de perejil picado
unos 450 ml de agua templada
25 g de mantequilla

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina 2 placas de hornear y resérvelas. Tamice la harina y la sal en un cuenco, y amase con la mantequilla. Mezcle con la levadura, las nueces picadas y el perejil. Practique un hueco en el centro e incorpore el agua, sin dejar de amasar, hasta obtener una masa de textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Haga una bola con la masa y colóquela en un cuenco untado con aceite; tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
3 Aplaste la masa sobre una superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y divídala por la mitad. Modele cada porción de masa en forma redonda u ovalada y colóquelas sobre las placas. Tape y deje levar de nuevo unos 30 minutos o hasta que haya doblado su tamaño.
4 caliente el horno a 220 °C. Espolvoree ligeramente los panes con un poco más de harina y practique varios entalles sobre la superficie para obtener un efecto romboidal.
5 Hornee los panes 10 minutos, reduzca la temperatura del horno a 190 °C y hornee otros 20-25 minutos, o hasta que el pan esté levado, dorado y al golpear su base suene hueca. Colóquelo en una rejilla metálica para que se enfríe. Sírvalo cortado en rebanadas.

026 Pan granjero de centeno

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *35-40 minutos*
PARA *1 pan (para 10 raciones)*

350 g de harina de fuerza blanca
2 cucharaditas de sal
225 g de harina de centeno
25 g de mantequilla a dados
1 sobre (7 g) de levadura seca fácil de mezclar
1 cucharada de melaza negra
150 ml de leche templada
unos 150 ml de agua templada

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina una placa de hornear y resérvela. Tamice la harina blanca y la sal en un cuenco y mezcle con la harina de centeno. Amase la mantequilla con las harinas y luego mezcle con la levadura. Practique un hueco en el centro y añada la melaza, la leche y la cantidad de agua suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y confiérale una forma redonda u ovalada. Colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite. Tape y deje levar hasta que haya doblado su tamaño.
3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina, tápela y déjela levar de nuevo hasta que haya doblado su tamaño.
4 Mientras, caliente el horno a 200 °C. Con la ayuda de un cuchillo afilado, practique varios cortes sobre la superficie de la masa.
5 Hornee el pan de 35 a 40 minutos, o hasta que haya subido, esté ligeramente dorado y al golpear su base suene hueca. Colóquelo en una rejilla para que se enfríe. Sírvalo cortado en rebanadas.

VARIANTE *Justo antes de hornear, pinte ligeramente con leche la superficie del pan y esparza por encima semillas de alcaravea, hinojo o sésamo.*

027 Pan rústico de centeno

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *35-40 minutos*
PARA *1 pan (para 10 raciones)*

400 g de harina de fuerza morena y un poco más para espolvorear
175 g de harina de centeno
2 cucharaditas de sal
2 cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
1 cucharada de melaza negra
unos 300 ml de leche templada

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina una placa de hornear y resérvela. Mezcle las harinas, la sal y la levadura en un cuenco grande. Practique un hueco en el centro y agregue la melaza y la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una masa de textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina, haga una bola y colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite; tape y deje levar de nuevo durante 1 hora, o hasta que haya doblado su tamaño.
3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo untada con harina, déle forma redonda u ovalada y colóquela sobre la placa. Tape y deje levar de nuevo 1 hora o hasta que haya doblado su tamaño.
4 Mientras, caliente el horno a 200 °C. Espolvoree ligeramente con harina la parte superior del pan. Hornéelo de 35 a 40 minutos o hasta que haya levado, esté ligeramente dorado y suene hueco al golpear la base. Colóquelo en una rejilla metálica para que se enfríe. Sírvalo cortado en rebanadas.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Utilice las cantidades indicadas en la receta principal, pero rectifique los siguientes ingredientes: 380 ml de leche, levadura seca rápida y 2 cucharaditas de azúcar moreno blando. Añada los ingredientes en la máquina en el orden especificado en su libro de instrucciones. Utilice la opción de integral o similar.*

028 Pan de centeno y alcaravea

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30-40 minutos*
PARA *1 pan (para 12-14 raciones)*

350 g de harina de centeno
200 g de harina de fuerza blanca
2 cucharaditas de sal
25 g de mantequilla a dados
2 cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
2 cucharaditas de semillas de alcaravea
1 cucharada de melaza negra
1 cucharada de extracto de malta
150 ml de leche templada
unos 150 ml de agua templada
harina integral para espolvorear (opcional)

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina una placa de hornear y resérvela. Mezcle las harinas blanca y de centeno con la sal en un cuenco grande. Incorpore la levadura y la alcaravea y mezcle. Practique un hueco en el centro, añada la melaza negra, el extracto de malta, la leche y la cantidad de agua suficiente para que sin, dejar de amasar, obtenga una textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta obtener una textura firme y elástica. Haga una bola y colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite; tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y realice una forma ovalada. Colóquela sobre la placa, tape y deje levar de nuevo hasta que haya doblado su tamaño.
4 Mientras, caliente el horno a 200 °C. Con un cuchillo afilado, practique varias incisiones sobre la superficie de la masa y espolvoree con la harina integral, si lo desea.
5 Hornee de 30 a 40 minutos o hasta que al golpear la base del pan suene hueco. Colóquelo en una rejilla para que se enfríe. Sírvalo cortado en rebanadas.

029 Pan de soja

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *35-40 minutos*
PARA *1 pan (para 10-12 raciones)*

450 g de harina de fuerza blanca
55 g de harina de soja
1 cucharadita de sal
1 sobre (7 g) de levadura seca rápida
55 g de queso cheddar curado rallado
2 cucharadas de aceite de girasol
unos 275 ml de leche templada
huevo batido para glasear
semillas de sésamo para espolvorear

1. Unte con mantequilla un molde de 900 g para pan y resérvelo. Mezcle las harinas y la sal en un cuenco grande y agregue la levadura y el queso. Practique un hueco en el centro y agregue la cantidad suficiente de aceite y leche para que, sin dejar de mezclar amasar, consiga una textura blanda.
2. Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que consiga una textura homogénea y elástica. Déle forma ovalada y colóquela en el molde. Tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
3. Mientras, caliente el horno a 200 °C. Pinte ligeramente la superficie del pan con el huevo batido y luego espolvoree con las semillas de sésamo. Con la ayuda de unas tijeras, practique 3 o 4 cortes de forma decorativa sobre la superficie de la masa, si lo desea.
4. Hornee el pan de 35 a 40 minutos o hasta que haya levado, esté dorado y al golpear su base suene hueco. Colóquelo sobre una rejilla y déjelo enfriar. Sírvalo cortado en rebanadas.

VARIANTE *Espolvoree el pan glaseado con trozos de cacahuetes tostados en vez de las semillas de sésamo.*

030 Pan de queso a la alcaravea

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30 minutos*
PARA *1 pan (para 10-12 raciones)*

450 g de harina de fuerza blanca
1 cucharadita de sal
115 g de queso cheddar curado rallado
25 g de queso parmesano fresco rallado
2 cucharaditas de mostaza en polvo
3 cucharaditas de semillas de alcaravea
1 sobre (7 g) de levadura seca fácil de mezclar
unos 350 ml de leche templada y un poco más para glasear

1. Unte con mantequilla o espolvoree con harina una placa de hornear y resérvela. Tamice la harina y la sal en un cuenco grande, y mezcle con 85 g de queso cheddar, el parmesano, la mostaza, 2 cucharaditas de semillas de alcaravea y la levadura. Practique un hueco en el centro y vierta la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de amasar, consiga una textura blanda.
2. Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Haga una bola con la masa y colóquela en un cuenco untado con aceite; tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
3. Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina y forme un círculo de 15 cm. Colóquelo sobre la placa de hornear, tape y deje levar 30 minutos o hasta que doble su tamaño.
4. Mientras, caliente el horno a 230 °C. Realice, con un cuchillo afilado, una cruz poco profunda sobre la superficie del pan, y pinte a continuación con un poco de leche. Mezcle el resto del queso y las semillas de alcaravea y esparza la mezcla sobre el pan.
5. Hornee el pan 10 minutos, y reduzca la temperatura del horno a 200 °C. Cueza otros 20 minutos, o hasta que el pan haya subido, esté dorado y suene hueco al golpear su base. Cúbralo holgadamente con papel de aluminio en la mitad de la cocción si se dora demasiado. Colóquelo en una rejilla metálica para que se enfríe. Sírvalo cortado en rebanadas.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Utilice las cantidades indicadas en la receta y rectifique las siguientes: 300 ml de leche, 1 ¼ cucharaditas de sal y 1 ½ cucharaditas de levadura seca rápida, y agregue 1 ½ cucharaditas de azúcar blanquilla. Utilice 85 g de queso cheddar y 2 cucharaditas de semillas de alcaravea. Emplee el resto del queso y las semillas tal y como se indica en el paso 4. Agregue los ingredientes en la máquina. Utilice la opción de masa y continúe la receta a partir del punto 3.*

031 Pan de queso y cereales

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *35-45 minutos*
PARA *1 pan (para 10-12 raciones)*

450 g de harina de fuerza de trigo malteada
1 ½ cucharaditas de sal
25 g de mantequilla a dados
2 cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
2 cucharaditas de mostaza en polvo
85 g de queso red leicester u otro semicurado
un poco de pimienta negra recién molida
unos 300 ml de leche templada y un poco más para glasear
trigo en trozos para espolvorear

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina una placa de hornear y resérvela. Mezcle la harina y la sal en un cuenco grande, y amase con la mantequilla. Incorpore la levadura, el queso, la mostaza en polvo y la pimienta negra y mezcle. Practique un hueco en el centro y añada la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Haga una bola, colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina. Déle forma de hogaza y colóquela sobre la placa de hornear. Tape y deje levar de nuevo de 30 a 45 minutos o hasta que haya doblado su tamaño.
4 Mientras, caliente el horno a 190 °C. Pinte con leche la superficie del pan y esparza el trigo en trozos. Hornee de 35 a 45 minutos o hasta que el pan haya levado, esté dorado y suene hueco al golpear su base. Colóquelo en una rejilla metálica para que se enfríe. Córtelo en rebanadas.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Utilice las cantidades indicadas en la receta principal, pero varíe los siguientes ingredientes: 300 ml de leche y 1 ½ cucharaditas de levadura seca rápida, y añada 1 ½ cucharaditas de azúcar blanquilla. Incorpore los ingredientes en la máquina de pan en el orden señalado en su libro de instrucciones. Utilice la opción para masa y luego continúe a partir del punto 3.*

032 Pan de queso y sésamo

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *35-45 minutos*
PARA *1 pan (para 10 raciones)*

450 g de harina de fuerza blanca
1 ½ cucharaditas de sal
25 g de mantequilla a dados
2 cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
85 g de queso gruyère o emmental
2 cucharaditas de mostaza en polvo
un poco de pimienta negra acabada de moler
unos 300 ml de leche tibia y un poco más para glasear
semillas de sésamo para espolvorear

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina una placa de hornear. Tamice la harina y la sal en un cuenco grande y amase junto con la mantequilla. Mezcle con la levadura, el queso, la mostaza y la pimienta negra. Practique un hueco en el centro y agregue la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una masa de textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Haga una bola y colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite; tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina. Realice una hogaza y colóquela sobre la placa de hornear. Tape y deje levar de nuevo unos 30 minutos o hasta que haya doblado su tamaño.
4 Mientras, caliente el horno a 190 °C. Pinte ligeramente la superficie de la masa con un poco de leche y esparza por encima las semillas de sésamo. Hornee de 35 a 45 minutos, o hasta que el pan haya levado, esté dorado y al golpear su base suene hueca. Colóquelo en una rejilla metálica para que se enfríe. Córtelo en rebanadas.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Utilice las cantidades indicadas en la receta y modifique los siguientes ingredientes: 300 ml de leche, 1 ¼ cucharaditas de sal y 1 ½ cucharaditas de levadura seca rápida. Añada 1 ½ cucharaditas de azúcar blanquilla. Utilice la opción para masa y continúe la receta a partir del paso 3.*

033 Trenza de queso y semillas de amapo

TIEMPO DE PREPARACIÓN *30 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30-40 minutos*
PARA *1 pan (para 10 raciones)*

450 g de levadura de fuerza blanca
1 ½ cucharaditas de sal
25 g de mantequilla a dados
1 sobre (7 g) de levadura seca fácil de mezclar
85 g de queso cheddar curado rallado
2 cucharaditas de mostaza en polvo
un poco de pimienta negra acabada de moler
unos 300 ml de leche templada y un poco más para glasear
semillas de amapola para espolvorear

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina una placa de hornear y resérvela. Tamice la harina y la sal sobre un cuenco grande y, posteriormente, amase con la mantequilla. Mezcle con la levadura, el queso, la mostaza y la pimienta negra. Practique un hueco en el centro y luego agregue la cantidad de leche suficiente para obtener una textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea. Forme una bola, colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que doble su tamaño.

3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y divídala por la mitad. Enrolle cada porción en forma de salchicha o cuerda alargada y colóquelas una al lado de la otra. Píncelas en un extremo para unirlas. Coloque la trenza sobre la placa de hornear. Tape y deje levar de nuevo 30 minutos o hasta que haya doblado su tamaño.

4 Mientras, caliente el horno a 190 °C. Pinte la trenza con un poco de leche y espolvoréela con las semillas de amapola. Hornee de 30 a 40 minutos o hasta que el pan haya levado, esté dorado y suene hueco al golper su base. Tape el pan con papel de aluminio al finalizar la cocción si se ha dorado demasiado. Colóquelo en una rejilla metálica para que se enfríe. Sírvalo en rebanadas.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Utilice los ingredientes indicados en la receta principal, pero varíe las cantidades: 300 ml de leche, 1 ¼ cucharaditas de sal y 1 ½ cucharaditas de levadura seca rápida, y añada 1 ½ cucharaditas de azúcar blanquilla. Añada todos los ingredientes en la máquina de pan en el orden especificado. Utilice la opción para masa, y siga a partir del paso 3 de la receta principal.*

034 Pan de queso y bacon

TIEMPO DE PREPARACIÓN *30 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *35-40 minutos*
PARA *1 pan (para 10-12 raciones)*

6 lonchas de bacon ahumado magro
280 g de harina de fuerza blanca y un poco más para espolvorear
1 cucharadita de sal
175 g de harina de fuerza integral
2 cucharaditas de levadura seca rápida
2 cucharaditas de azúcar moreno blando
1 cucharada de semillas de alcaravea
225 g de queso fresco granulado
1 huevo
unos 125 ml de leche templada

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina una placa de hornear y resérvela. Caliente el grill a temperatura alta. Coloque las lonchas de bacon sobre la rejilla del grill y áselas de 4 a 6 minutos, dándoles una vuelta, hasta que estén cocidas. Retírelas del fuego, colóquelas en papel de cocina para que desprendan el exceso de grasa y déjelas enfriar ligeramente. Posteriormente, córtelas en pequeños trozos sirviéndose de unas tijeras de cocina.
2 Tamice la levadura y la sal en un cuenco, mezcle con la harina integral, la levadura, el azúcar y las semillas de alcaravea, en caso de emplearlas. Introduzca el queso fresco granulado y el huevo en la batidora o robot y amase hasta obtener una preparación homogénea. Pactique un hueco en el centro de los ingredientes, mézclelos con el bacon cocido y luego con la mezcla de queso. Añada la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.
3 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Haga una bola y colóquela sobre la placa de hornear. Tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
4 Mientras, caliente el horno a 190 °C. Practique una incisión profunda a lo largo del centro de la superficie del pan y espolvoree con un poco de harina.
5 Hornee el pan de 35 a 40 minutos o hasta que haya levado, esté ligeramente dorado y suene hueco al golpear su base. Colóquelo en una rejilla metálica para que se enfríe. Sírvalo cortado en rebanadas.

VARIANTE *Utilice semillas de sésamo, amapola o hinojo en vez de alcaravea.*

035 Panes dorados de queso

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *20-25 minutos*
PARA *4 panes pequeños (cada pan para 1-2 raciones)*

450 g de harina de fuerza blanca
1 cucharadita de sal
25 g de mantequilla a dados
2 cucharaditas de levadura seca rápida
1 cucharadita de mostaza en polvo
200 g de queso gouda rallado
unos 300 ml de leche templada y un poco más para glasear

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina 2 placas para hornear y resérvelas. Tamice la harina y la sal en un cuenco grande y amase con la mantequilla. Agregue la levadura, la mostaza y dos tercios del queso sin dejar de amasar. Practique un hueco en el centro e incorpore, sin dejar de amasar, la cantidad de agua suficiente para obtener una textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que obtenga una textura homogénea y elástica. Divídala en 4 porciones iguales y forme con cada una un óvalo o redondel. Colóquelos sobre las placas. Tape y deje levar en un lugar caliente hasta que hayan doblado su tamaño.
3 Mientras, caliente el horno a 200 °C. Pinte ligeramente las superficies de los panes con un poco de leche y luego espolvoree con el resto del queso.
4 Hornee los panes de 20 a 25 minutos, o hasta que estén hinchados y dorados y al golpear su base suenen hueco. Tápelos holgadamente con papel de aluminio al finalizar el tiempo de cocción si se oscurecieran demasiado. Colóquelos en una rejilla metálica para que se enfríen.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Utilice las cantidades indicadas en la receta, pero rectifique los siguientes ingredientes: 300 ml de leche, 1 ¼ cucharaditas de sal y 1 ½ cucharaditas de levadura seca rápida, y añada 1 ½ cucharaditas de azúcar blanquilla. Utilice dos tercios del queso para la masa y el resto tal y como se indica en el paso 3. Agregue los ingredientes a la máquina en el orden especificado. Emplee la opción para masa y siga a partir del paso 3 (aplaste la masa en vez de amasarla; luego divida y modele la masa).*

036 Pan de avellanas y sultanas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *35 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30 minutos*
PARA *2 panes (cada pan para 10 raciones)*

450 g de harina de fuerza blanca
225 g de harina de fuerza integral y un poco más para espolvorear
2 cucharaditas de sal
25 g de mantequilla a dados
115 g de pasas sultanas
85 g de avellanas picadas
2 cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
2 cucharadas de extracto de malta
unos 350 ml de agua templada

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina dos placas de hornear y resérvelas. Mezcle las harinas y la sal en un cuenco grande y amase con la mantequilla. Incorpore, sin dejar de amasar, las sultanas, las avellanas y la levadura. Practique un hueco en el centro, agregue el extracto de malta y la cantidad de agua suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una bola y colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite. Tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina, divídala por la mitad y forme una bola con cada una de unos 14 cm de diámetro. Colóquelas sobre las placas de hornear, tape y deje levar de nuevo 30 minutos, o hasta que hayan doblado su tamaño.
4 Mientras, caliente el horno a 220 °C. Espolvoree con harina integral cada pan, y luego entalle las superficies con un motivo romboidal utilizando un cuchillo afilado.
5 Hornee los panes 10 minutos, reduzca la temperatura del horno a 190 °C y hornee otros 20 minutos o hasta que el pan haya levado, esté ligeramente dorado y suene hueco al golpear su base. Colóquelo en una rejilla metálica para que se enfríe. Sírvalo cortado en rebanadas.

VARIANTES *Utilice orejones de albaricoques o melocotones en vez de las sultanas. Emplee almendras tostadas en vez de las avellanas. Utilice dos moldes de 900 g para pan en lugar de las placas para hornear, si lo prefiere (y no entalle las superficies de los panes antes de hornearlos).*

037 Pan de sésamo y queso

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *40-50 minutos*
PARA *1 pan (para 14-16 raciones)*

500 g de harina de fuerza blanca
1 cucharadita de sal
1 sobre (7 g) de levadura seca fácil de mezclar
1 cucharadita de mostaza en polvo
115 g de queso cheddar curado rallado
unos 300 ml de agua caliente
25 g de mantequilla
1 cebolla picada
2 cucharadas de semillas de sésamo

1 Unte con mantequilla un molde de 900 g para pan o una placa para hornear y reserve. Tamice la harina y la sal sobre un cuenco y mezcle con la levadura, la mostaza y el queso. Practique un hueco en el centro e incorpore la cantidad de agua suficiente para obtener una textura blanda sin dejar de mezclar.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una bola y colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite; tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño. Mientras, derrita la mantequilla en una sartén, agregue la cebolla y sofríala unos 5 minutos o hasta que haya adquirido una textura más blanda.
3 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase con la cebolla hasta que esté bien incorporada. Déle forma ovalada e introdúzcala en el molde y coloque sobre la placa de hornear. Tape y deje levar de nuevo hasta que haya doblado su tamaño.
4 Mientras, caliente el horno a 190 °C. Pinte la superficie del pan con agua y espolvoree con las semillas de sésamo. Hornee el pan de 40 a 50 minutos o hasta que haya subido, esté dorado y al golpear su base suene hueca. Desmolde y déjelo enfriar sobre una rejilla metálica. Sírvalo cortado en rebanadas.

VARIANTE *Utilice semillas de amapola en vez de sésamo.*

038 Pan rústico de calabacín

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30-35 minutos*
PARA *1 pan grande (para 12-14 raciones)*

350 g de harina de fuerza blanca
2 cucharaditas de sal
300 g de harina de fuerza integral
1 sobre (7 g) de levadura seca rápida
1 cucharadita de azúcar blanquilla
un poco de pimienta negra acabada de moler
2 cucharaditas de tomillo fresco picado
280 g de calabacines rallados a trozos grandes
unos 300 ml de agua templada
aceite de oliva para pintar la superficie del pan

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina una placa de hornear y resérvela. Tamice la harina y la sal en un cuenco y mezcle con la harina integral, la levadura, el azúcar, la pimienta negra y el tomillo. Incorpore los calabacines. Practique un hueco en el centro y agregue la cantidad de agua suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una bola y colóquela sobre la placa. Tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.

3 Mientras, caliente el horno a 220 °C. Pinte ligeramente la superficie del pan con un poco de aceite. Hornéelo unos 15 minutos, reduzca la temperatura del horno a 190 °C y hornee otros 15-20 minutos o hasta que haya levado, esté dorado y suene hueco al golpear su base. Colóquelo en una rejilla metálica para que se enfríe. Sírvalo cortado en rebanadas.

VARIANTES *Utilice zanahorias ralladas en vez de calabacines. Utilice romero finamente picado u orégano en lugar de tomillo.*

039 Pan de tomate y albahaca

TIEMPO DE PREPARACIÓN *15 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *25-30 minutos*
PARA *1 pan (para 8-10 raciones)*

280 g de mezcla para pan blanco
1 cucharadita de azúcar blanquilla
1 cucharadita de sal
1-2 cucharadas de albahaca fresca picada
2 cucharadas de aceite de oliva
2 cucharadas de tomate concentrado
unos 175 ml de agua templada
25 g de queso parmesano rallado

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina una placa de hornear y resérvela. Introduzca la mezcla para pan en un cuenco e incorpore el azúcar, la sal y la albahaca picada. Incorpore el aceite y el tomate concentrado. Agregue la mezcla de aceite a la de pan e incorpore la cantidad de agua suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.

2 Espolvoree el queso parmesano sobre la superficie de trabajo limpia y seca. Coloque la masa encima y amase hasta que el queso esté bien incorporado y la masa adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una bola y colóquela sobre la placa. Tape y deje levar en un lugar caliente 30 minutos o hasta que haya doblado su tamaño.

3 Mientras, caliente el horno a 220 °C. Realice una cruz sobre la superficie del pan con un cuchillo afilado. Hornee el pan 15 minutos, reduzca la temperatura del horno a 190 °C y hornee otros 10 o 15 minutos, o hasta que haya levado, esté ligeramente dorado y suene hueco al golpear su base. Colóquelo en una rejilla para que se enfríe. Sírvalo cortado en rebanadas.

040 Flautas de hierbas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *25 minutos*
PARA *2 panes (cada pan para 4-6 raciones)*

450 g de levadura de fuerza blanca y un poco más para espolvorear
1 cucharadita de sal
1 cucharadita de levadura seca fácil de mezclar
1 cucharada de hierbas de Provenza
55 g de queso parmesano rallado
2 cucharadas de aceite de oliva
unos 250 ml de agua templada

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina una placa de hornear grande y resérvela. Tamice la harina y la sal en un cuenco grande y mezcle con la levadura, las hierbas secas y el queso. Practique un hueco en el centro y agregue el aceite y el agua suficientes para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea. Forme una bola y colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite; tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina, divídala por la mitad y forme con cada mitad una especie de bastón de unos 30 cm de longitud. Colóquelos sobre la placa de hornear, tape y deje levar de nuevo unos 45 minutos o hasta que haya doblado su tamaño.
4 Caliente el horno a 220 °C. Espolvoree con harina cada pan y entalle la superficie de cada uno formando cuatro cortes en diagonal a una distancia regular.
5 Hornee los panes unos 25 minutos o hasta que estén dorados, hinchados y al golpear su base suenen hueco. Colóquelos en una rejilla metálica para que se enfríen. Sírvalos calientes o fríos.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Modifique los siguientes ingredientes de la receta: 275 ml de agua, 1 ¼ cucharaditas de sal y 1 ½ cucharaditas de levadura seca rápida. Añada 1 ½ cucharaditas de azúcar blanquilla.*

041 «Pugliese»

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30-35 minutos*
PARA *1 pan grande (para 12-14 raciones)*

***Para el impulsor* biga**
175 g de harina de fuerza blanca
7 g de levadura de panadero fresca desmenuzada
6 cucharadas de agua templada

Para la masa
225 g de harina de fuerza blanca y un poco más para espolvorear
2 cucharaditas de sal
225 g de harina de fuerza integral
1 cucharadita de azúcar blanquilla
15 g de levadura fresca desmenuzada
275 ml de agua templada
4-5 cucharadas de aceite de oliva virgen extra

1 Prepare el impulsor *biga*. Tamice la harina en un cuenco grande y practique un hueco en el centro. Mezcle en un cuenco pequeño la levadura con el agua y vierta esta mezcla en el centro de la harina. Incorpore gradualmente la harina con el líquido hasta obtener una masa firme.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina y amase hasta que la textura sea homogénea. Introduzca la masa en el cuenco, tape y deje levar en un lugar caliente de 8 a 10 horas o hasta que la masa se abra.
3 Espolvoree con harina la placa de hornear y resérvela. Prepare la masa. Tamice la harina blanca y la sal en otro cuenco, incorpore el *biga* poco a poco, y luego agregue gradualmente, y sin dejar de amasar, la suficiente cantidad de aceite de oliva para obtener una textura blanda.
4 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina y amase hasta obtener una textura homogénea. Forme una bola, colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite, tápela y déjela levar en un lugar caliente hasta que casi haya doblado su tamaño.
5 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina, tape y deje levar de nuevo de 1 a 1 ½ hora o hasta que casi haya doblado su tamaño.
6 Mientras, caliente el horno a 230 °C. Espolvoree el pan ligeramente con harina. Horneélo 15 minutos, reduzca la temperatura del horno a 200 °C y hornee otros 15-20 minutos, o hasta que esté levado y dorado. Colóquelo en una rejilla metálica para que se enfríe. Sírvalo cortado en rebanadas.

042 «Baguettes» francesas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *35 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *35-40 minutos*
PARA *3* baguettes *(cada una para 2-3 raciones)*

400 g de harina de fuerza blanca
115 g de harina blanca
2 ½ cucharaditas de sal
1 sobre de levadura seca rápida
unos 300 ml de agua templada
1 cucharadita de maicena

1 Espolvoree con harina una placa de hornear y resérvela. Tamice las harinas y 1 ½ cucharaditas de sal en un cuenco grande, y agregue la levadura sin dejar de remover. Vierta la cantidad de agua suficiente para obtener una masa de textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina y amase hasta que la textura sea homogénea. Forme una bola, colóquela en un cuenco untado con aceite, tápela y déjela levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.

3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina, divídala en tres partes iguales, y forme tres rollos o bastones de unos 25 cm de longitud.

4 Colóquelos entre los pliegues de un paño limpio para proporcionarles soporte, tape y deje levar de nuevo hasta que hayan doblado su tamaño.

5 Mientras, caliente el horno a 200 °C. Coloque una fuente para hornear con agua en la parte inferior del horno. Prepare el glaseado. Mezcle el resto de la sal y de la maicena con 1 cucharada de agua. Vierta 125 ml de agua en un cazo pequeño y remueva con la mezcla de maicena. Lleve a ebullición, sin parar de remover, y retire del fuego.

6 Coloque los panes sobre la placa y píntelos con un poco de la solución salina. Con un cuchillo afilado, practique varias entallas en diagonal, a intervalos regulares, sobre la superficie de cada pan. Hornee las *baguettes* de 35 a 40 minutos, y vaya pintando la superficie de los panes con la solución salina cada 10 minutos, hasta que las baguettes estén doradas, crujientes y suenen hueco al golpear su base. Colóquelas en una rejilla metálica. Sírvalas calientes o frías.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Utilice las cantidades indicadas en la receta principal, pero rectifique los siguientes ingredientes: 450 g de harina de fuerza blanca; omita la harina blanca y utilice 315 ml de agua y 1 ½ cucharaditas de levadura seca rápida. Emplee 1 ½ cucharaditas de sal en la masa y el resto como se indica en el paso 5. Utilice la opción para masa y continúe a partir del paso 3.*

043 Pan griego de aceitunas negras

TIEMPO DE PREPARACIÓN *30 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30-35 minutos*
PARA *1 pan (para 10-12 raciones)*

200 g de aceitunas negras
500 g de harina de fuerza blanca y un poco más para espolvorear
1 cucharadita de sal
2 cucharaditas de levadura seca
5 cucharadas de aceite de oliva virgen extra
unos 250 ml de agua templada

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina una placa de hornear y resérvela. Deshuese las aceitunas y pique la carne. Resérvelas. Tamice la harina y la sal en un cuenco grande y mezcle con la levadura. Practique un hueco en el centro, agregue la mitad de las aceitunas picadas, el aceite y la cantidad de agua suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Haga una bola, colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.

3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina y extiéndala con el rodillo hasta darle una forma rectangular de unos 35 x 25 cm. Espolvoree regularmente la superficie de la masa con el resto de aceitunas y enróllela de forma apretada, como si se tratara de un brazo de gitano, empezando por un extremo corto. Pince los extremos finales para sellar el relleno.

4 Coloque el pan, con la juntura hacia abajo, sobre la placa de hornear. Con un cuchillo afilado, corte una entalla longitudinal en el centro del pan, si lo desea. Tape y deje levar de nuevo una hora o hasta que haya doblado su tamaño.

5 Mientras, caliente el horno a 220 °C. Espolvoree el pan con un poco de harina tamizada. Hornéelo 10 minutos, reduzca la temperatura del horno a 190 °C y hornee otros 20-25 minutos o hasta que el pan haya levado, esté dorado y al golpear su base suene hueca. Colóquelo en una rejilla. Sírvalo caliente o frío cortado en rebanadas.

044 Chapata

TIEMPO DE PREPARACIÓN *45 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *25-30 minutos*
PARA *2 panes (cada pan para 6-8 raciones)*

***Para el impulsor* biga**
350 g de harina blanca
7g de levadura de panadero fresca desmenuzada
unos 175 ml de agua templada

Para la masa
500 g de harina de fuerza blanca y un poco más para espolvorear
15 g de levadura de panadero fresca desmenuzada
400 ml de agua templada
4 cucharadas de leche templada
2 cucharaditas de sal
3 cucharadas de aceite de oliva virgen extra

1 Para el impulsor *biga*, tamice la harina en un cuenco grande y practique un hueco en el centro. Mezcle la levadura con el agua en un cuenco pequeño, y vierta esta mezcla en el centro de la harina. Mezcle gradualmente la harina con el líquido hasta obtener una textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Colóquela en el cuenco grande, tápela y déjela levar en un lugar caliente 12 horas o hasta que haya levado y empiece a abrirse.

3 Espolvoree con harina 2 placas de hornear y resérvelas. Prepare la masa. Tamice la harina en un cuenco. Mezcle la levadura y el agua en otro cuenco, y agréguelos gradualmente al impulsor *biga*, mezclando bien hasta que los ingredientes estén bien ligados. Incorpore la leche, mientras bate con una cuchara de madera.

4 Incorpore gradualmente la harina sin dejar de batir y levantando la masa hasta obtener una mezcla húmeda (necesitará unos 15 minutos). Incorpore la sal y el aceite de oliva. Tape y deje reposar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.

5 Deje caer la mitad de la masa sobre cada placa (intente no aplastarla al hacerlo). Espolvoree sus manos con harina y dé forma ovoidal a ambas porciones de masa. Para ello, aplánelas ligeramente hasta que tengan unos 2,5 cm de grosor. Espolvoréelas con harina y déjelas levar de nuevo 30 minutos.

6 Mientras, caliente el horno a 220 °C. Hornee los panes de 25 a 30 minutos, o hasta que el pan esté dorado y al golpear su base suene hueca. Colóquelos en una rejilla metálica para que se templen. Sírvalos calientes o fríos cortados en rebanadas o troceados.

045 Pan de patata y aceitunas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *30 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30 minutos*
PARA *2 panes (cada pan para 8-10 raciones)*

500 g de harina de fuerza blanca y un poco más para espolvorear
1 cucharadita de sal
25 g de mantequilla a dados
25 g de patatas hervidas aplastadas y frías
1 ½ cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
115 g de aceitunas negras deshuesadas finamente picadas
1 cucharadita de romero fresco finamente picado
unos 250 ml de agua templada

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina dos placas de hornear y resérvelas. Tamice la harina y la sal en un cuenco grande y amase con la mantequilla. Agregue las patatas aplastadas y amáselas con la harina; luego mezcle con la levadura, las aceitunas y el romero. Practique un hueco en el centro y agregue, sin dejar de mezclar, la cantidad de agua suficiente para obtener una textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea. Forme una bola, colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente o hasta que haya doblado su tamaño.

3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina, divídala por la mitad y forme con cada porción dos barras pequeñas de unos 17 x 9 cm. Colóquelas sobre las placas, tape y deje levar de nuevo unos 30 minutos o hasta que hayan doblado su tamaño.

4 Mientras, caliente el horno a 230 °C. Practique una incisión a lo largo de cada barra de pan con un cuchillo afilado. Hornee los panes 10 minutos, reduzca la temperatura del horno a 200 °C y hornee otros 20 minutos o hasta que el pan haya levado, esté dorado y al golpear su base suene hueca. Colóquelo en una rejilla metálica para que se enfríe. Sírvalo cortado en rebanadas.

046 Pan de semillas marroquí

TIEMPO DE PREPARACIÓN *30 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30-35 minutos*
PARA *1 pan (para 10-12 raciones)*

350 g de harina de fuerza blanca
1 cucharadita de sal
1 ½ cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
1 cucharada de miel clara
unos 225 ml de leche templada
3 cucharadas de mezcla de semillas, como pipas de girasol, calabaza y sésamo
huevo batido para glasear
semillas para espolvorear

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina una placa de hornear y resérvela. Tamice la harina y la sal en un cuenco grande y agregue la levadura sin dejar de remover. Practique un hueco en el centro, agregue la miel y la cantidad de leche suficiente para, sin dejar de mezclar, obtener una textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una bola, colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase suavemente con la mezcla de semillas. Forme una bola y aplástela ligeramente. Colóquela sobre la placa de hornear, tape y deje levar de nuevo unos 45 minutos o hasta que haya doblado su tamaño.
4 Mientras, caliente el horno a 200 °C. Pinte la superficie del pan con huevo batido y esparza por encima las semillas o pipas.
5 Hornee el pan de 30 a 35 minutos o hasta que haya levado, esté dorado y al golpear su base suene hueca. Colóquelo en una rejilla metálica para que se enfríe. Sírvalo cortado en rebanadas.

047 «Pumpernickel»

TIEMPO DE PREPARACIÓN *30 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30 minutos*
PARA *2 panes (cada pan para 10 raciones)*

280 g de harina de centeno
175 g de harina de fuerza integral molida a la piedra
115 g de harina de fuerza blanca
1 ½ cucharaditas de sal
1 sobre (7 g) de levadura seca fácil de mezclar
1 cucharada de azúcar moreno blando
85 g de melaza (aproximadamente 1 ½ cucharadas)
1 cucharada de aceite de girasol
350 ml de agua templada

1 Unte con mantequilla dos moldes de 450 g para pan y resérvelos. Mezcle las harinas y la sal en un cuenco y agregue la levadura y el azúcar. Practique un hueco en el centro; agregue la melaza, el aceite y el agua y mezcle bien hasta obtener una masa de textura blanda, ligeramente pegajosa, que sea difícil de trabajar.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase unos 10 minutos o hasta que adquiera una textura firme, homogénea y elástica. Forme una bola, colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente de 1-1 ½ horas o hasta que haya doblado su tamaño.
3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y divídala por la mitad. Forme una barra con cada unidad e introdúzcalas en los moldes. Tape y deje levar de nuevo unos 30 minutos o hasta que haya doblado su tamaño.
4 Mientras, caliente el horno a 200 °C. Hornee los panes unos 30 minutos o hasta que estén dorados y al golpear su base suene hueca. Colóquelos en una rejilla metálica y déjelos enfriar. Envuélvalos en papel sulfurizado y de aluminio durante al menos 24 horas antes de servirlos. Córtelos en rebanadas.

048 Pan de calabaza

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *1-1 ¼ horas*
PARA *1 pan (para 12-14 raciones)*

225 g de harina blanca
1 ½ cucharaditas de levadura en polvo
½ cucharadita de sal
2 cucharaditas de mezcla de semillas molidas
115 g de mantequilla ablandada
175 g de azúcar moreno blando
2 huevos batidos
225 g de puré de calabaza enlatado (*véase* variante)
25 g de pipas de calabaza

1 Caliente el horno a 170 °C. Unte con mantequilla un molde de 900 g para pan y resérvelo. Tamice la harina, la levadura, la sal y las especias en un cuenco y reserve.
2 Bata la mantequilla y el azúcar en otro cuenco hasta que la mezcla blanquee y adquiera una textura esponjosa. Incorpore gradualmente los huevos sin dejar de batir. Mezcle con el puré y luego agregue la harina y las pipas de calabaza.
3 Vierta la mezcla en el molde y nivele la superficie. Hornee de 1-1 ¼ horas, o hasta que el pan esté dorado y al insertar una aguja en el centro ésta salga limpia. Coloque el pan en una rejilla metálica para que se enfríe. Sírvalo cortado en rebanadas.

VARIANTE *Si es posible, utilice puré de calabaza casero. Para ello, pele, retire las pepitas de la calabaza y trocéela. Cuézala en agua con sal unos 15 minutos o hasta que esté tierna. Escúrrala bien, haga un puré y empléelo en vez del puré enlatado. Necesitará unos 280 g de calabaza limpia para obtener 225 g de puré.*

049 Pan agrio

TIEMPO DE PREPARACIÓN *30 minutos, más el levado y fermentado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *35-40 minutos* **PARA** *1 pan grande (para 14-16 raciones)*

Para el impulsor de masa ácida
115 g de harina de fuerza blanca
2 cucharaditas de azúcar blanquilla
225 ml de agua

Para la masa de pan
300 ml de agua templada
1 cucharada de levadura seca común (NO levadura seca rápida o fácil de mezclar)
2 cucharaditas de azúcar blanquilla
675 g de harina de fuerza blanca
2 cucharaditas de sal
½ cucharadita de bicarbonato sódico

1 Prepare el impulsor. Vierta la harina y el azúcar en un cuenco e incorpore gradualmente el agua, sin dejar de mezclar, hasta obtener una masa de textura homogénea. Tape y deje levar en un lugar caliente unos 2 días. Vaya removiendo la mezcla tras 24 horas, hasta que empiece a formar burbujas y comience a levar.
2 Unte con mantequilla o espolvoree con harina una placa de hornear y resérvela. Prepare la masa de pan. Vierta el agua en un cuenco grande, esparza por encima la levadura y añada 1 cucharadita de azúcar. Bata a fondo; luego deje reposar en un lugar caliente de 10 a15 minutos, o hasta que la levadura empiece a formar espuma.
3 Mezcle el impulsor con la mezcla de levadura y añada 450 g de harina, el resto del azúcar y la sal y bata la mezcla con una cuchara de madera de 2 a 3 minutos para obtener una masa espesa y elástica. Tápela y déjela levar en un lugar caliente unas 2 horas, o hasta que haya doblado su tamaño.
4 Incorpore 115 g de la harina restante con el bicarbonato y luego mezcle esta preparación con la masa levada. Agregue el resto de la harina y amase bien. Coloque la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina y amase unos 5 minutos, o hasta que esté blanda y elástica.
5 Realice con la masa una forma circular y colóquela sobre la placa de hornear. Tape y deje levar de nuevo de 20 a 30 minutos.
6 Mientras, caliente el horno a 200 °C. Hornee el pan de 35 a 40 minutos, o hasta que esté dorado y al golpear su base suene hueca. Colóquelo en una rejilla metálica para que se enfríe. Sírvalo cortado en rebanadas.

050 Pan de pasas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *35-40 minutos*
PARA *2 panes (cada pan para 8-10 raciones)*

450 g de harina de fuerza blanca
1 cucharadita de sal
1 cucharadita de mezcla de especias molidas
25 g de mantequilla a dados
2 cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
25 g de azúcar blanquilla
unos 225 ml de leche templada
175 g de pasas
2 cucharadas de miel clara para glasear

1 Unte con mantequilla dos moldes de 450 g y resérvelos. Tamice la harina, la sal y las especias sobre un cuenco grande y amase con la mantequilla. Incorpore la levadura y el azúcar sin dejar de remover. Practique un hueco en el centro y vierta la cantidad de leche suficiente hasta que, sin dejar de mezclar, obtenga una masa de textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta obtener una textura homogénea y elástica. Forme una bola y colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite; tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase suavemente con las pasas hasta distribuirlas uniformemente. Divida la masa por la mitad y forme dos figuras ovoidales. Coloque la masa en los moldes, tape y deje levar de nuevo hasta que la masa alcance el borde de los moldes.
4 Mientras, caliente el horno a 200 °C. Hornee los panes de 35 a 40 minutos o hasta que hayan levado, estén dorados y al golpear sus bases suenen huecas.
5 Déjelos enfriar sobre una rejilla metálica. Sírvalos calientes, y píntelos una o dos veces con la miel para glasearlos. Sírvalos cortados en rebanadas.

VARIANTES *Utilice canela molida en vez de la mezcla de especias. Utilice sultanas, arándanos o cerezas, ambos secos, en lugar de las pasas.*

051 Pan de centeno especiado

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *35-40 minutos*
PARA *1 pan (para 10-12 raciones)*

350 g de harina de fuerza morena y un poco más para espolvorear
225 g de harina de centeno
1 cucharadita de sal
1 cucharadita de canela molida
1 cucharadita de mezcla de especias molidas
25 g de mantequilla a dados
2 cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
1 cucharada de miel clara
unos 300 ml de leche templada

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina una placa de hornear y resérvela. Mezcle las harinas, la sal y la mezcla de especias en un cuenco grande y ligue todo con la harina. Mezcle con la levadura. Practique un hueco en el centro, agregue la miel y la cantidad de leche suficiente hasta que, sin dejar de mezclar, obtenga una masa de textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Realice una bola, colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina, forme una bola o barra y colóquela en la placa de hornear. Tape y deje levar de nuevo hasta que doble su tamaño.
4 Mientras, caliente el horno a 200 °C. Con un cuchillo afilado, corte 1 o 2 incisiones sobre la superficie del pan, y espolvoree con harina ligeramente. Hornee de 35 a 40 minutos, o hasta que el pan haya levado, esté ligeramente dorado y al golpear su base suene hueca. Colóquelo en una rejilla metálica para que se enfríe. Sírvalo cortado en rebanadas.

052 Pan con espirales al pesto

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *25-30 minutos*
PARA *2 panes (cada pan para 10-12 raciones)*

700 g de harina de fuerza blanca
2 cucharaditas de sal
1 cucharadita de azúcar blanquilla
2 cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
50 ml de aceite de oliva
unos 400 ml de agua templada
6 cucharadas de pesto preparado

1 Unte con mantequilla dos moldes de 900 g para pan y resérvelos. Tamice la harina y la sal en un cuenco grande y mezcle con el azúcar y la levadura. Practique un hueco en el centro y agregue el aceite y la cantidad de agua suficiente para que, sin dejar de mezclar, obtenga una masa de textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una bola, colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su volumen.

3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y divídala por la mitad. Extienda con el rodillo cada porción para formar un rectángulo de unos 30 x 20 cm.

4 Extienda el pesto sobre la superficie de cada rectángulo y, posteriormente, enróllelos de forma apretada como si se tratara de un brazo de gitano, empezando por el extremo más corto. Rectifique la forma si fuese necesario y coloque los panes en los moldes. Tape y deje levar de nuevo hasta que hayan doblado su tamaño.

5 Mientras, caliente el horno a 220 °C. Hornee los panes de 25 a 30 minutos, o hasta que estén hinchados y dorados. Colóquelos en una rejilla metálica para que se enfríen. Sírvalos cortados en rebanadas y acompañe con mantequilla, si lo desea.

VARIANTE *Utilice pesto rojo en vez del verde, si lo desea.*

053 Pan de nueces especiado

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30-35 minutos*
PARA *1 pan (para 10-12 raciones)*

350 g de harina de fuerza blanca
1 ½ cucharaditas de sal
225 g de harina de fuerza integral
1 sobre (7 g) de levadura seca fácil de mezclar
1 cucharadita de canela molida
una pizca de clavos molidos
unos 300 ml de agua templada
200 g de nueces picadas
un poco de leche para glasear

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina una placa de hornear y resérvela. Tamice la harina y la sal en un cuenco; luego mézclela con la harina integral, la levadura y la mezcla de especias. Practique un hueco en el centro y agregue la cantidad de agua suficiente para obtener una masa de textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una bola, colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina y amase suavemente con 140 g de nueces picadas hasta que estén homogéneamente repartidas. Realice una bola o una barra y colóquela en la placa de hornear. Tape y deje levar de nuevo unos 45 minutos o hasta que haya doblado su tamaño.
4 Mientras, caliente el horno a 220 °C. Pinte la superficie del pan con leche y luego reparta el resto de las nueces por encima.
5 Hornee el pan 10 minutos y reduzca la temperatura del horno a 190 °C. Hornee otros 20-25 minutos, o hasta que el pan haya levado, esté ligeramente dorado y al golpear la base suene hueca. Colóquelo en una rejilla metálica para que se enfríe. Sírvalo cortado en rebanadas.

VARIANTE *Utilice pacanas en vez de nueces.*

054 Pan de coco

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30 minutos*
PARA *1 pan (para 10-12 raciones)*

450 g de harina de fuerza blanca
1 cucharadita de sal
15 g de mantequilla a dados
1 ½ cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
1 cucharada de azúcar blanquilla
5 g de coco deshidratado
1 cucharadita de esencia de vainilla
unos 275 ml de leche templada

1 Unte con mantequilla un molde de 900 g y resérvelo. Tamice la harina y la sal en un cuenco grande, y luego amase con la mantequilla. Incorpore la levadura, el azúcar y el coco y amase. Practique un hueco en el centro de los ingredientes secos. Mezcle la esencia de vainilla con la leche, y luego agregue la cantidad de leche suficiente a los ingredientes secos sin dejar de mezclar hasta obtener una masa de textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una bola y colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite; tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y déle forma ovoidal. Presiónela en el molde, tape y deje levar de nuevo unos 45 minutos, o hasta que alcance el borde del molde.
4 Mientras, caliente el horno a 200 °C. Hornee el pan unos 30 minutos o hasta que haya levado, esté dorado y suene hueco al golpear la base. Colóquelo en una rejilla metálica para que se enfríe. Sírvalo cortado en rebanadas.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Utilice las cantidades indicadas en la receta principal, pero modifique los siguientes ingredientes: 330 ml de leche, 1 ½ cucharaditas de sal y levadura seca rápida. Añada los ingredientes a la máquina en el orden indicado en el libro de instrucciones. Utilice la opción para dulces (o el mando Básico blanco/Normal) para esta receta.*

055 Pan de miel y avena

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30-35 minutos*
PARA *1 pan (para 12-14 raciones)*

500 g de harina de fuerza morena
2 cucharaditas de sal
15 g de mantequilla a dados
115 g de copos de avena y un poco más para espolvorear
2 cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
150 ml de leche caliente y un poco más para glasear
2 cucharadas de miel densa
unos 225 ml de agua templada

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina una placa para hornear y resérvela. Mezcle la harina y la sal en un cuenco grande y amase con la mantequilla. Agregue los copos de avena y la levadura y mezcle bien. Practique un hueco en el centro; agregue la leche, la miel y el agua y mezcle hasta obtener una masa de textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta obtener una textura homogénea y elástica. Forme una bola y colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite; tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.

3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina y déle forma redondeada. Colóquela sobre la placa de hornear y déjela levar de nuevo unos 30 minutos.

4 Mientras, caliente el horno a 230 °C. Entalle a lo largo la superficie del pan con un cuchillo afilado, píntelo con un poco de leche y espolvoréelo con los copos.

5 Hornee el pan 10 minutos, reduzca la temperatura del horno a 200 °C y hornee otros 20 o 25 minutos, o hasta que haya levado, dorado y al golpear la base suene hueca. Colóquelo en una rejilla metálica para que se enfríe. Sírvalo cortado en rebanadas.

056 Trenza de frutas para el desayuno

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30 minutos*
PARA *1 pan grande (para 10-12 raciones)*

500 g de mezcla para pan blanco (producto comercial)
40 g de mantequilla a dados
40 g de azúcar blanquilla
1 huevo grande ligeramente batido
unos 225 ml de agua templada
55 g de orejones de albaricoques picados
55 g de arándanos rojos
55 g de cerezas secas o sultanas
115 g de azúcar lustre tamizado
unas 3-4 cucharadas de zumo de naranja
25 g de almendras fileteadas tostadas

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina una placa grande para hornear y resérvela. Introduzca la mezcla para pan en un cuenco grande y amase con la mantequilla. Mezcle con el azúcar y, posteriormente, añada el huevo y la cantidad de agua suficiente para obtener, sin dejar de mezclar, una masa de textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Amase con las frutas para distribuirlas. Divida la masa en tres partes y forme con cada una de ellas una especie de salchicha o cuerda larga de unos 30 cm de longitud. Trence las tres cuerdas, presionando los extremos para sellarlos y coloque la trenza obtenida sobre la placa. Tape y deje levar en un lugar caliente 1 hora o hasta que haya doblado su tamaño.
3 Mientras, caliente el horno a 190 °C. Hornee la trenza unos 30 minutos, o hasta que esté hinchada y dorada. Cúbrala de forma holgada con papel de aluminio al finalizar el tiempo de cocción, si la superficie se dorara demasiado. Colóquela en una rejilla metálica para que se enfríe.
4 Mezcle el azúcar lustre con la cantidad de zumo de naranja suficiente para obtener un glaseado espeso y homogéneo que extenderá sobre la superficie de la trenza. Espolvoree con las almendras fileteadas y corte en rebanadas.

057 Pan de arándanos y nueces

TIEMPO DE PREPARACIÓN *35 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30-35 minutos*
PARA *2 panes (cada pan para 10 raciones)*

350 g de harina de fuerza blanca
350 g de harina de fuerza integral y un poco más para espolvorear
2 cucharaditas de sal
25 g de mantequilla a dados
115 g de arándanos secos
85 g de nueces picadas
2 cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
2 cucharadas de extracto de malta
unos 350 ml de agua templada

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina 2 placas para hornear y resérvelas. Mezcle las harinas y la sal en un cuenco grande y luego amase con la harina. Incorpore, sin parar de remover, los arándanos, las nueces y la levadura. Practique un hueco en el centro, agregue el extracto de malta y la cantidad de agua suficiente para que, sin dejar de mezclar, obtenga una masa de textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una bola, colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina, divídala por la mitad y forme con cada parte un círculo u óvalo. Colóquelos sobre las placas de hornear, tape y deje levar de nuevo unos 30 minutos, o hasta que haya doblado su tamaño.
4 Mientras, caliente el horno a 220 °C. Espolvoree cada pan con harina integral y, con un cuchillo afilado, entalle las superficies 2 o 3 veces en sentido diagonal.
5 Hornee los panes durante 10 minutos, reduzca la temperatura del horno a 190 °C y hornee otros 20 o 25 minutos, o hasta que el pan haya subido, esté ligeramente dorado y al golpear su base suene hueca. Colóquelo en una rejilla metálica para que se enfríe. Córtelo en rebanadas.

058 Pan de chocolate

TIEMPO DE PREPARACIÓN *30 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *25 minutos*
PARA *1 pan (para 8-10 raciones)*

225 g de harina de fuerza blanca
1 cucharada de cacao en polvo
½ cucharadita de sal
25 g de mantequilla a dados
1 ½ cucharaditas de levadura seca rápida
55 g de azúcar blanquilla
1 huevo ligeramente batido
unos 150 ml de leche templada
115 g de chocolate con leche o negro cortado a grandes trozos
azúcar lustre para espolvorear

1 Unte con mantequilla un molde de 450 g para pan o un molde redondo hondo de 15 cm de diámetro y resérvelo. Tamice la harina, el cacao y la sal sobre un cuenco grande y luego amase con la mantequilla. Mezcle con la levadura y el azúcar. Practique un hueco en el centro, agregue el huevo y la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de mezclar, obtenga una masa de textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Posteriormente, amase con el chocolate. Déle forma de círculo u óvalo e introdúzcala en el molde. Tape y deje levar en un lugar caliente hasta que doble su tamaño.

3 Mientras, caliente el horno a 200 °C. Con un cuchillo afilado, entalle diagonalmente la superficie del pan un par de veces, si lo desea.

4 Hornee el pan unos 25 minutos, o hasta que esté cocido y al golpear su base suene hueca. Cúbralo al finalizar el tiempo de cocción si la superficie se dorara demasiado. Colóquelo sobre una rejilla metálica para que se enfríe. Espolvoréelo con azúcar lustre tamizado y córtelo en rebanadas.

VARIANTE *Utilice pepitas de chocolate blanco o negro en vez del chocolate picado.*

059 Panecillos para el desayuno

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15-20 minutos*
PARA *10-12 panecillos*

450 g de harina de fuerza blanca y un poco más para espolvorear
1 cucharadita de sal
1 ½ cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
una pizca de azúcar blanquilla
25 g de mantequilla a dados
150 ml de leche templada y un poco más para glasear
unos 150 ml de agua caliente

1. Unte con mantequilla o espolvoree con harina 2 placas para hornear y resérvelas. Tamice la harina y la sal en un cuenco grande, mezcle con la levadura y el azúcar y, posteriormente, amase con la mantequilla. Practique un hueco en el centro, agregue la cantidad de leche y agua suficiente para que, sin dejar de mezclar, obtenga una masa de textura blanda.
2. Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una bola, colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
3. Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina y divídala en 10 o 12 porciones iguales. Haga panes con formas redondas u ovaladas y colóquelos sobre las placas, espaciándolos bien. Tape y deje levar de nuevo unos 30 minutos o hasta que hayan doblado su tamaño.
4. Mientras, caliente el horno a 200 °C. Pinte ligeramente los panecillos con leche y espolvoréelos con harina. Hornéelos de 15 a 20 minutos o hasta que estén ligeramente dorados. Colóquelos en una rejilla metálica para que se enfríen. Sírvalos calientes o fríos.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Utilice las cantidades indicadas en la receta, pero varíe los siguientes ingredientes: 150 ml de leche, 150 ml de agua, 1 ½ cucharaditas de sal, 1 ½ cucharaditas de levadura seca rápida y 2 cucharaditas de azúcar blanquilla. Añada los ingredientes en la máquina en el orden especificado en el libro de instrucciones. Utilice la opción para masa y continúe a partir del paso 3 de la receta principal.*

060 Panecillos blancos crujientes

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15-20 minutos*
PARA *10-12 panecillos*

350 g de harina de fuerza blanca
1 cucharadita de sal
½ cucharadita de azúcar blanquilla
1 cucharadita de levadura seca fácil de mezclar
15 g de mantequilla a dados
unos 225 ml de agua templada
agua ligeramente salada para glasear

1. Unte con mantequilla o espolvoree con harina 2 placas para hornear y resérvelas. Tamice la harina y la sal en un cuenco grande, mezcle con el azúcar y la levadura y luego amase con la mantequilla. Practique un hueco en el centro y vierta la cantidad de agua templada suficiente para que, sin dejar de mezclar, obtenga una masa de textura blanda.
2. Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una bola, colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
3. Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y divídala en 10 o 12 porciones iguales. Déles forma de bola, y presiónelas sobre la superficie espolvoreada con harina.
4. Coloque las bolas de pasta sobre las placas, espaciándolas bien; tape y deje levar de nuevo unos 30 minutos, o hasta que hayan doblado su tamaño.
5. Caliente el horno a 220 °C. Pinte las superficies de los panecillos con agua ligeramente salada. Hornee de 15 a 20 minutos o hasta que los panecillos estén dorados, crujientes y al golpear su base suene hueca. Colóquelos en una rejilla metálica para que se enfríen. Sírvalos calientes o fríos.

061 Panecillos de leche

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15-20 minutos*
PARA *12 panecillos*

450 g de harina de fuerza blanca
1 ½ cucharaditas de sal
½ cucharadita de azúcar blanquilla
1 sobre de levadura seca fácil de mezclar
55 g de mantequilla a dados
1 huevo batido
unos 250 ml de leche templada
semillas de amapola o sésamo para espolvorear (opcional)

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina 2 placas para hornear y resérvelas. Tamice la harina y la sal en un cuenco grande; mézclelas con la levadura y el azúcar y, posteriormente, amase con la mantequilla. Practique un hueco en el centro y agregue el huevo y la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de mezclar, obtenga una masa de textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una bola e introdúzcala en un cuenco ligeramente untado con aceite; tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y divídala en 12 porciones iguales. Déles forma redonda, ovalada o de cuerda o forme una especie de cuerda o rollo para atarlo holgadamente en forma de nudo, apartando ambos extremos.
4 Coloque los panecillos sobre las placas espaciándolos bien; tape y deje levar de nuevo 30 minutos.
5 Mientras, caliente el horno a 220 °C. Pinte ligeramente las superficies de los panecillos con un poco de agua y esparza por encima las semillas de amapola o sésamo, si lo desea. Hornee los panecillos de 15 a 20 minutos, o hasta que se hayan hinchado y dorado. Colóquelos en una rejilla metálica para que se enfríen. Sírvalos calientes o fríos.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Utilice las cantidades indicadas en la receta principal, pero modifique las proporciones: 250 ml de leche, 2 cucharaditas de sal y 2 cucharaditas de azúcar blanquilla. Utilice levadura seca rápida. Utilice la opción para masa y continúe a partir del paso 3.*

062 Barritas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *10-15 minutos*
PARA *24 panecillos pequeños*

450 g de harina de fuerza blanca
2 cucharaditas de sal
1 cucharaditas de azúcar blanquilla
1 ½ cucharadita de levadura seca fácil de mezclar
40 g de mantequilla a dados
1 huevo batido
unos 250 ml de leche fría y un poco más para glasear

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina 2 placas para hornear grandes y resérvelas. Tamice la harina y la sal en un cuenco grande e incorpore, sin dejar de mezclar, la levadura y el azúcar y amase luego con la mantequilla. Practique un hueco en el centro y agregue el huevo y la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de mezclar, obtenga una masa de textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una bola, colóquela en un cuenco untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que doble su tamaño (al emplear leche fría se necesita más tiempo para el levado, pero el resultado final con unas migas finas y ligeras compensan el tiempo empleado).
3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y divídala en 24 porciones iguales. Déles forma ovalada y acabe los extremos en punta.
4 Coloque los panecillos bien espaciados sobre las placas de hornear. Tape y deje levar de nuevo 30 minutos o hasta que hayan doblado su tamaño.
5 Mientras, caliente el horno a 230 °C. Pinte ligeramente las superficies de los panecillos con un poco de leche. Hornéelos 5 minutos, reduzca la temperatura del horno a 200 °C y hornee otros 5-10 minutos, o hasta que estén bien dorados y al golpear su base suene hueca.
6 Colóquelos en una rejilla para que se enfríen y cúbralos con un paño para mantener la corteza blanda.

063 Panecillos rústicos

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15-20 minutos*
PARA *8-10 panecillos*

400 g de harina de fuerza morena y un poco más para espolvorear
1 cucharadita de sal
15 g de mantequilla a dados
1 ½ cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
1 cucharadita de azúcar blanquilla
unos 250 ml de agua templada

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina 2 placas para hornear y resérvelas. Mezcle la harina y la sal en un cuenco grande y luego amase con la mantequilla. Mezcle con la levadura y el azúcar. Practique un hueco en el centro y agregue la cantidad de agua suficiente para que, sin dejar de mezclar, obtenga una masa de textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una bola y colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite; tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y divídala en 8 o 10 porciones iguales. Déles forma redonda u ovalada. Presiónelas ligeramente y colóquelas bien espaciadas sobre las placas. Tape y deje levar unos 30 minutos o hasta que hayan doblado su tamaño.
4 Mientras, caliente el horno a 220 °C. Espolvoree ligeramente con harina las superficies de los panecillos y hornéelos de 15 a 20 minutos o hasta que al golpear la base suenen hueco. Colóquelos en una rejilla metálica para que se enfríen.

VARIANTE *Introduzca las porciones de masa en pequeños moldes para pan untados con mantequilla antes del segundo levado, si lo desea.*

064 Panecillos blandos integrales

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15-20 minutos*
PARA *8 panecillos*

225 g de harina de fuerza integral y un poco más para espolvorear
1 cucharadita de sal
25 g de mantequilla a dados
1 ½ cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
1 cucharadita de azúcar blanquilla
unos 150 ml de leche templada

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina 2 placas para hornear y resérvelas. Mezcle la harina y la sal en un cuenco grande y amase con la mantequilla. Mezcle con la levadura y el azúcar. Practique un hueco en el centro y agregue la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de mezclar, obtenga una masa de textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una bola, colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y divídala en 8 porciones iguales. Forme círculos o barritas, presiónelos firmemente con la palma de la mano y, posteriormente, levántela.
4 Coloque los panecillos bien espaciados sobre las placas de hornear, tape y deje levar de nuevo de 20 a 30 minutos, o hasta que hayan doblado su tamaño.
5 Mientras, caliente el horno a 220 °C. Espolvoree con harina la superficie de los panecillos. Hornéelos de 15 a 20 minutos o hasta que estén ligeramente dorados.
6 Colóquelos en una rejilla metálica para que se templen y cúbralos con un paño limpio para mantener la corteza blanda. Sírvalos calientes o fríos.

065 Panecillos malteados

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15-20 minutos*
PARA *10-12 panecillos*

450 g de harina de fuerza de trigo malteada
1 cucharadita de sal
1 ½ cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
25 g de mantequilla a dados
1 cucharada de extracto de malta
150 ml de leche templada y un poco más para glasear
unos 150 ml de agua templada
trigo fragmentado para espolvorear

1. Unte con mantequilla o espolvoree con harina dos placas para hornear y resérvelas. Mezcle la harina y la sal en un cuenco grande; incorpore la levadura y, posteriormente, amase con la mantequilla. Practique un hueco en el centro y agregue el extracto de malta, la leche y la cantidad de agua suficiente para que, sin dejar de mezclar, obtenga una masa de textura blanda.
2. Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una bola y colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
3. Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y divídala en 10 o 12 porciones iguales. Haga bolas o barritas y colóquelas espaciadas sobre las placas. Presione hacia abajo cada porción para aplastarlas ligeramente. Tape y deje levar de nuevo unos 30 minutos o hasta que hayan doblado su tamaño.
4. Mientras, caliente el horno a 200 °C. Pinte ligeramente los panecillos con leche y espolvoréelos con el trigo fragmentado. Hornee de 15 a 20 minutos o hasta que estén ligeramente dorados. Colóquelos en una rejilla metálica para que se templen. Sírvalos calientes o fríos.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Utilice las cantidades indicadas en la receta principal, pero modifique los siguientes ingredientes: 150 ml de leche, 125 ml de agua, 2 cucharaditas de sal, levadura seca rápida y 2 cucharaditas de azúcar moreno claro blando. Agregue los ingredientes en la máquina en el orden especificado en su libro de instrucciones. Utilice la opción para masa y continúe como a partir del punto 3.*

066 Panecillos de nevera

TIEMPO DE PREPARACIÓN *35 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15 minutos*
PARA *20 panecillos pequeños*

550 g de harina de fuerza blanca y un poco más para espolvorear
1 cucharadita de sal
55 g de mantequilla a dados
175 g de patatas cocidas frías aplastadas
3 cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
2 cucharaditas de azúcar blanquilla
1 huevo batido
125 ml de leche templada
unos 150 ml de agua templada

1. Unte con mantequilla o espolvoree con harina dos placas para hornear y resérvelas. Tamice la harina y la sal en un cuenco grande, y amase con la mantequilla. Agregue las patatas aplastadas. Mézclelas suavemente con la harina y luego incorpore la levadura y el azúcar. Practique un hueco en el centro y agregue el huevo y la cantidad suficiente de leche y agua para que, sin dejar de mezclar, obtenga una masa de textura blanda.
2. Coloque la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una bola, colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite, tape con película transparente y deje reposar en la nevera 15 horas o más. Al cabo de 15 horas la masa debe haber alcanzado el borde del cuenco.
3. Aplaste la masa y amásela sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina. Introdúzcala en el cuenco, tápela y déjela levar de nuevo en un lugar caliente entre 1 ½ y 2 horas.
4. Aplaste la masa de nuevo sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina, y divídala en 20 porciones iguales. Forme panecillos.
5. Coloque los panecillos bien espaciados sobre las placas, espolvoréelos con un poco de harina tamizada, si lo desea; tápelos y déjelos levar de nuevo unos 30 minutos.
6. Mientras, caliente el horno a 220 °C. Hornee los panecillos 15 minutos o hasta que estén hinchados y dorados. Colóquelos en una rejilla metálica para que se templen. Sírvalos calientes o fríos.

067 Panecillos de patata

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15-20 minutos* **PARA** *12 panecillos*

1 patata grande harinosa de unos 350 g
500 g de harina de fuerza blanca o integral y un poco más para espolvorear
1 sobre (7 g) de levadura seca fácil de mezclar
2 cucharaditas de sal
unos 175 ml de agua templada
55 g de queso gruyère o emmenthal finamente rallado
1 ½ cucharaditas de hierbas secas mezcladas
un poco de pimienta negra acabada de moler

1. Unte con mantequilla o espolvoree con harina dos placas de hornear y resérvelas. Pele y corte a dados la patata y hiérvala en agua salada durante 10 o 15 minutos o hasta que esté blanda. Escúrrala bien, aplástela y déjela enfriar.
2. Mezcle la harina, la levadura, la sal, el queso, las hierbas y la pimienta en un cuenco grande. Agregue la patata y amase con la harina utilizando los dedos. Practique un hueco en el centro y agregue la cantidad de agua suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.
3. Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una bola, colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
4. Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y divídala en 12 porciones iguales. Forme bolas.
5. Coloque las bolas bien espaciadas sobre las placas de hornear y practique una cruz sobre la superficie con la ayuda de un cuchillo afilado. Tape y deje levar de nuevo hasta que hayan doblado su tamaño.
6. Mientras, caliente el horno a 220 °C. Espolvoree ligeramente con harina los panecillos y horneélos de 15 a 20 minutos, o hasta que estén bien hinchados y dorados. Déjelos enfriar sobre una rejilla metálica. Sírvalos calientes o fríos.

VARIANTE *Utilice una mezcla de agua y leche templada en vez de sólo agua, si lo desea.*

068 Panecillos rápidos

TIEMPO DE PREPARACIÓN *15 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15 minutos* **PARA** *8 panecillos*

225 g de harina blanca
½ cucharadita de sal
½ cucharadita de bicarbonato sódico
1 cucharadita de cremor tártaro
25 g de mantequilla a dados
unos 150 ml de leche
huevo batido para glasear
semillas de sésamo para espolvorear

1. Caliente el horno a 190 °C. Unte con mantequilla o espolvoree con harina una placa de hornear grande y resérvela. Tamice la harina, la sal, el bicarbonato y el cremor tártaro en un cuenco grande y, posteriormente, amase con la mantequilla. Agregue la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.
2. Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase suavemente hasta que adquiera una textura homogénea. Divídala en 8 porciones iguales y forme con ellas unas cuerdas o salchichas de 20 cm de longitud. Átelas a continuación de forma holgada en un nudo sencillo.
3. Coloque los nudos sobre la placa, píntelos con el huevo batido y esparza por encima las semillas de amapola. Hornee 15 minutos o hasta que estén dorados. Colóquelos en una rejilla metálica para que se templen. Sírvalos calientes.

VARIANTE *Añada entre 1 y 1 ½ cucharaditas de mezcla de hierbas secas con la harina, si lo desea.*

069 Panecillos de mantequilla

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15 minutos*
PARA *12 panecillos*

500 g de harina de fuerza blanca
1 cucharadita de sal
1 sobre (7 g) de levadura seca rápida
1 cucharadita de azúcar blanquilla
55 g de mantequilla a dados
175 ml de crema agria
1 huevo batido
unas 5 cucharadas de leche caliente y un poco más para glasear
semillas de sésamo para espolvorear

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina dos placas para hornear y resérvelas. Tamice la harina y la sal en un cuenco grande, mezcle con la levadura y el azúcar y luego amase con la mantequilla. Practique un hueco en el centro; agregue la crema agria, el huevo y la cantidad de leche necesaria para que, sin dejar de amasar, obtenga una masa de textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Divídala en 12 porciones iguales. Haga bolas y colóquelas bien espaciadas sobre las placas.
3 Realice una entalla sobre la superficie de los panecillos con un cuchillo afilado. Tape y deje levar en un lugar caliente hasta que hayan doblado su tamaño.
4 Mientras, caliente el horno a 220 °C. Pinte ligeramente los panecillos con leche y espolvoréelos con las semillas de sésamo. Hornéelos unos 15 minutos o hasta que estén hinchados y dorados. Déjelos templar sobre una rejilla metálica. Sírvalos calientes o fríos.

070 Panini

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15 minutos*
PARA *12 panecillos*

450 g de harina de fuerza blanca
2 cucharaditas de sal
1 sobre (7 g) de levadura seca fácil de mezclar
4 cucharadas de aceite de oliva virgen extra y un poco más para glasear
unos 250 ml de agua caliente

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina dos placas para hornear y resérvelas. Tamice la harina y la sal sobre un cuenco grande y mezcle con la levadura. Practique un hueco en el centro, agregue el aceite y la cantidad de agua suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.
2 Vierta la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una bola y colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite; tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y divídala en 12 porciones iguales. Forme bolas y colóquelas bien espaciadas sobre las placas. Píntelas con aceite de oliva, tape y deje levar de nuevo en un lugar caliente entre unos 20 o 30 minutos o hasta que hayan doblado su tamaño.
4 Mientras, caliente el horno a 200 °C. Practique una cruz sobre cada panecillo con un cuchillo afilado. Hornee los panecillos unos 15 minutos o hasta que estén dorados. Colóquelos en una rejilla para que se templen. Sírvalos calientes o fríos.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Utilice las cantidades indicadas en la receta principal, pero modifique los siguientes ingredientes: 265 ml de agua y levadura seca rápida; añada 2 cucharaditas de azúcar blanquilla. Incorpore los ingredientes en la máquina en el orden especificado en el libro de instrucciones. Utilice la opción para masa y continúe a partir del paso 3 de la receta principal.*

071 Panecillos de linaza

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15-20 minutos*
PARA *12 panecillos*

250 g de harina de fuerza blanca
½ cucharadita de sal
250 g de harina de fuerza morena
2 cucharaditas de levadura seca rápida
1 cucharada de azúcar moreno blando
2 cucharadas de semillas de linaza y un poco más para espolvorear
unos 300 ml de agua templada

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina dos placas para hornear y resérvelas. Tamice la harina blanca y la sal en un cuenco grande y mezcle con la harina morena, la levadura, el azúcar y las semillas de linaza. Practique un hueco en el centro y agregue la cantidad de agua suficiente para obtener una masa de textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Divídala en 12 porciones del mismo tamaño y déles forma de óvalo. Colóquelos sobre las placas, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que hayan doblado su tamaño.
3 Mientras, caliente el horno a 220 °C. Pinte los panecillos con un poco de agua y espolvoréelos con las semillas de linaza. Hornéelos de 15 a 20 minutos o hasta que estén hinchados y dorados. Colóquelos en una rejilla metálica para que se templen. Sírvalos calientes o fríos.

072 «Petit pains au lait»

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15-20 minutos*
PARA *12 panecillos*

450 g de harina de fuerza blanca
1 ½ cucharaditas de sal
55 g de mantequilla a dados
1 cucharada de azúcar blanquilla
2 cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
unos 300 ml de leche templada y un poco más para glasear

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina dos placas de hornear y resérvelas. Tamice la harina y la sal en un cuenco grande y amase con la mantequilla. Mezcle con el azúcar y la levadura. Practique un hueco en el centro y añada la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una masa de textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una bola, colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y divídala en 12 porciones iguales. Forme panecillos alargados de unos 13 cm de longitud y acabados con forma de punta. Colóquelos sobre las placas bien espaciados. Tape y deje levar en un lugar caliente de 20 a 30 minutos o hasta que hayan doblado su tamaño.
4 Mientras, caliente el horno a 200 °C. Entalle diagonalmente la superficie de los panecillos a intervalos regulares y píntelos con leche.
5 Hornee los panecillos de 15 a 20 minutos o hasta que estén dorados. Colóquelos en una rejilla metálica para que se enfríen.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Utilice las cantidades indicadas en la receta principal, pero modifique los siguientes ingredientes: 300 ml de leche y levadura seca rápida. Agregue los ingredientes en la máquina en el orden especificado en su libro de instrucciones. Utilice la opción para masa, luego continúe a partir del paso 3 de la receta principal.*

073 Nudos de cheddar

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15-20 minutos*
PARA *10 nudos*

500 g de mezcla para pan blanco (comercial)
115 g de queso cheddar curado rallado
1 cucharadita de mostaza en polvo
un poco de pimienta negra acabada de moler
unos 300 ml de agua templada
huevo batido o leche para glasear

1 Unte con mantequilla o espolvoree ligeramente con harina dos placas para hornear y resérvelas. Introduzca la mezcla para pan en un cuenco y mezcle con 85 g de queso, la mostaza y la pimienta negra. Agregue la cantidad de agua suficiente (siguiendo las instrucciones del paquete) para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta obtener una textura homogénea y elástica. Divídala en 10 porciones iguales. Extiéndalas y déles forma de cuerda o salchicha, y ate a modo de nudo holgado separando los extremos.

3 Coloque los nudos bien espaciados sobre las placas de hornear, pinte con el huevo batido o la leche y espolvoree con el resto del queso rallado. Tape y deje levar en un lugar caliente unos 30 minutos o hasta que la mezcla haya doblado su tamaño.

4 Mientras, caliente el horno a 200 °C. Hornee los nudos de 15 a 20 minutos, o hasta que estén hinchados y dorados. Déjelos templar sobre una rejilla metálica. Sírvalos calientes o fríos.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Utilice las cantidades indicadas en la receta principal, pero modifique los siguientes ingredientes: 325 ml de agua (o bien siga las instrucciones del paquete). Utilice 85 g de queso en la masa y el resto tal y como se indica en el paso 3 de la receta principal. Agregue los ingredientes en la máquina en el orden indicado en su libro de instrucciones. Utilice la opción para masa y luego continúe a partir del paso 2 de la receta principal (aplastando la masa en vez de amasarla; posteriormente, divídala y modélela y continúe tal y como se indica).*

074 Panecillos escoceses

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15-20 minutos*
PARA *10 panecillos*

450 g de harina de fuerza blanca y un poco más para espolvorear
2 cucharaditas de sal
1 ½ cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
una pizca de azúcar blanquilla
150 ml de leche templada y un poco más para glasear
unos 150 ml de agua caliente

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina dos placas para hornear y resérvelas. Tamice la harina y la sal en un cuenco grande, y mezcle con la levadura y el azúcar. Practique un hueco en el centro y añada la leche y la cantidad de agua suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una bola, colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina y divídala en 10 porciones iguales. Extienda cada una formando una bola u óvalo de 1 cm de grosor. Colóquelas bien espaciadas sobre las placas, tape y deje levar de nuevo 30 minutos o hasta que hayan doblado su tamaño.
4 Mientras, caliente el horno a 200 °C. Presione suavemente el centro de cada panecillo para expulsar las burbujas de aire. Píntelos con la leche y espolvoree con harina.
5 Hornee los panecillos de 15 a 20 minutos o hasta que estén ligeramente dorados. Espolvoréelos con un poco más de harina y colóquelos en una rejilla para que se templen. Sírvalos calientes.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Utilice las cantidades indicadas en la receta principal, pero rectificando los siguientes ingredientes: 150 ml de leche, 150 ml de agua, 1 ½ cucharaditas de sal, 2 cucharaditas de azúcar blanquilla y levadura seca rápida. Agregue los ingredientes en la máquina en el orden especificado en su libro de instrucciones. Utilice la opción para masa y luego continúe a partir del paso 3.*

075 Panecillos escoceses enharinados

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15 minutos*
PARA *10 panecillos*

450 g de harina de fuerza blanca y un poco más para espolvorear
1 ½ cucharaditas de sal
1 ½ cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
½ cucharadita de azúcar blanquilla
200 ml de leche templada y un poco más para glasear
unos 100 ml de agua templada

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina dos placas para hornear y resérvelas. Tamice la harina y la sal en un cuenco grande, y mezcle con la levadura y el azúcar. Practique un hueco en el centro y agregue la cantidad suficiente de leche y agua para obtener una textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una bola, colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina y divídala en 10 porciones iguales. Forme círculos planos de unos 9 cm de diámetro y colóquelos bien espaciados sobre las placas de hornear. Tape y deje levar de nuevo unos 30 minutos, o hasta que hayan doblado su tamaño.
4 Mientras, caliente el horno a 200 °C. Presione el centro de cada porción para que se escapen las burbujas de aire. Pinte ligeramente con un poco de leche y espolvoree con harina.
5 Hornee los panecillos unos 15 minutos o hasta que estén ligeramente dorados. Espolvoréelos con un poco más de harina y colóquelos en una rejilla para que se enfríen.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Utilice las cantidades indicadas en la receta principal, pero modifique los siguientes ingredientes: 200 ml de leche, 130 ml de agua, 2 cucharaditas de azúcar blanquilla y 1 cucharadita de levadura seca rápida. Agregue los ingredientes en la máquina en el orden especificado en su libro de instrucciones. Utilice la opción para masa y continúe a partir del paso 3 de la receta principal.*

076 «Grissini»

TIEMPO DE PREPARACIÓN *30 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15-20 minutos*
PARA *unos 40*

225 g de harina de fuerza blanca
1 ½ cucharaditas de sal
2 cucharadas de aceite de oliva
1 ½ cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
unos 150 ml de agua templada

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina dos placas para hornear y resérvelas. Tamice la harina y la sal en un cuenco grande y mezcle con la levadura. Practique un hueco en el centro, agregue el aceite de oliva y la cantidad de agua suficiente para obtener una masa de textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta obtener una textura homogénea y elástica. Forme una bola, colóquela en un cuenco untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
3 Mientras, caliente el horno a 200 °C. Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y extiéndala formando un rectángulo de unos 20 cm de diámetro y unos 5 mm de grosor.
4 Corte el cuadrado por la mitad para obtener 2 rectángulos estrechos y alargados, cada uno de ellos de 20 x 10 cm. Córtelos en sentido horizontal en tiras de 1 cm de ancho. Extienda y estire cada tira de masa hasta que alcance 20 cm de longitud. Colóquelas sobre las placas y déjelas levar en un lugar caliente durante 10 minutos.
5 Hornee los *grissini* de 15 a 20 minutos, o hasta que estén dorados y crujientes. Déles la vuelta a media cocción. Colóquelos en una rejilla metálica para que se templen. Sírvalos calientes. Consérvelos en un recipiente hermético.

077 Palitos de sésamo

TIEMPO DE PREPARACIÓN *35 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15 minutos*
PARA *25-30 palitos*

225 g de mezcla para pan blanco (comercial)
2 cucharadas de aceite de oliva y un poco más para glasear
unos 150 ml de agua templada
unos 75 g de semillas de sésamo para espolvorear

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina dos placas para hornear y resérvelas. Coloque la mezcla de pan en un cuenco; agregue el aceite y la cantidad de agua suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.
2 Vierta la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Extiéndala hasta obtener un rectángulo de unos 43 x 20 cm y 5 mm de grosor.
3 Corte el rectángulo por la mitad a lo largo para obtener 2 rectángulos estrechos (cada uno de 43 x 10 cm). Corte cada rectángulo en sentido horizontal para obtener tiras de unos 2,5 cm de ancho. Extienda cada tira hasta que alcance los 25 cm de longitud.
4 Extienda las semillas de sésamo sobre una tabla. Pinte ligeramente cada tira con aceite y luego pásela por las semillas de sésamo. Colóquelas sobre las placas, y deje reposar en un lugar caliente durante 10 minutos.
5 Mientras, caliente el horno a 200 °C. Hornee los palitos unos 15 minutos o hasta que estén dorados y crujientes y déles la vuelta a media cocción. Déjelos enfriar sobre una rejilla metálica. Sírvalos fríos. Consérvelos en un recipiente hermético.

VARIANTE *Añada 1-2 cucharaditas de hierbas secas italianas a la mezcla para pan antes de incorporar el aceite y el agua. Trabaje y hornee como se ha indicado en la receta.*

078 Anillo de bolas de ajo

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30-40 minutos* **PARA** *12*

500 g de mezcla para pan blanco (producto comercial)
unos 325 ml de agua templada
100 g de mantequilla derretida
1 huevo batido
25 g de queso parmesano rallado
2 dientes de ajo picados
½ cucharadita de sal
1 cucharadita de hierbas secas italianas

1 Unte con mantequilla un molde de base desmontable en forma de tubo o anillo de 23 cm de diámetro y resérvelo. Introduzca la mezcla para pan en un cuenco grande y agregue la cantidad de agua suficiente (siguiendo las instrucciones del paquete) para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta obtener una textura homogénea y elástica. Divida la masa en 12 porciones iguales y extiéndalas formando una bola.
3 Mezcle la mantequilla derretida, el parmesano, el ajo, la sal y las hierbas en un cuenco pequeño. Pase las bolas de masa por la mezcla de mantequilla, úntelas generosamente y luego colóquelas en el molde formando una sola capa. Vierta el resto de la mezcla de mantequilla. Tape y deje levar en un lugar caliente hasta que hayan doblado su tamaño.
4 Caliente el horno a 190 °C. Hornee el anillo de 30 a 40 minutos o hasta que esté hinchado y dorado. Colóquelo sobre una rejilla metálica. Sirva los panecillos calientes o fríos.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Utilice las cantidades indicadas en la receta principal, pero modifique los siguientes ingredientes: 325 ml de agua. Utilice la opción para masa, continúe a partir del paso 2 de la receta principal, luego divídala, modélela y prosiga según las instrucciones.*

079 Anillos de sésamo

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *10-15 minutos* **PARA** *8 anillos*

500 g de harina de fuerza blanca
1 ½ cucharaditas de sal
1 sobre (7 g) de levadura seca fácil de mezclar
1 cucharada de miel clara
3 cucharadas de aceite de sésamo no refinado o prensado en frío
unos 250 ml de agua tibia
huevo batido para glasear
semillas de sésamo para espolvorear

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina dos placas para hornear y resérvelas. Tamice la harina y la sal en un cuenco y mezcle con la levadura. Practique un hueco en el centro, agregue el aceite de sésamo, la miel y la cantidad de agua suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una masa de textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea. Forme una bola, colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.

3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y divídala en 8 porciones iguales. Extienda cada una para que adquiera forma de salchicha o cuerda de unos 30 cm de longitud. Forme con cada cuerda un anillo y presione firmemente los extremos para sellarlos.

4 Coloque los anillos espaciados sobre las placas. Tape y deje levar de nuevo de 30 a 45 minutos.

5 Mientras, caliente el horno a 200 °C. Pinte ligeramente los anillos con un poco de huevo batido y espolvoree con el sésamo. Hornee los anillos de 10 a 15 minutos, o hasta que estén hinchados y dorados. Colóquelos en una rejilla para que se templen. Sírvalos calientes.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Utilice las cantidades indicadas, pero modifique los siguientes ingredientes: 450 g de harina de fuerza blanca, 250 ml de agua, levadura seca rápida y 2 cucharaditas de azúcar blanquilla. Utilice el mando para masa y continúe a partir del paso 3 de la receta principal.*

080 Enrollados de salchicha y salsa

TIEMPO DE PREPARACIÓN *35 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15-20 minutos* **PARA** *10*

500 g de mezcla para pan blanco
55 g de queso cheddar curado finamente rallado
una pizca generosa de pimienta de cayena
unos 325 ml de agua templada
10 salchichas gruesas cocidas, peladas y frías (cerdo, hierbas, especiadas, etc)
20 cucharaditas de salsa de tomate (2 por unidad)
huevo batido para glasear

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina dos placas para hornear y resévelas. Introduzca la mezcla para pan en un cuenco y mezcle con el queso y la cayena. Agregue la cantidad de agua suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una masa de textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Extiéndala hasta obtener un rectángulo de 50 x 20 cm, y luego córtelo en cuadrados de 10 cm de lado.

3 Coloque una salchicha en diagonal sobre cada cuadrado y extienda por encima 2 cucharaditas de la salsa de tomate. Doble los dos extremos de pasta restantes sobre la salchicha, pinzando los bordes y presionándolos hacia abajo para sellarlos (todavía podrá ver los extremos de la salchicha).

4 Repita la operación con el resto de cuadrados, salchichas y salsa hasta obtener 10 piezas. Coloque los enrollados, con la juntura hacia abajo, sobre las placas de hornear, tape y deje levar en un lugar caliente unos 30 minutos, o hasta que hayan doblado su tamaño.

5 Mientras, caliente el horno a 200 °C. Pinte ligeramente los enrollados con un poco de huevo batido y hornee de 15 a 20 minutos, o hasta que estén hinchados y dorados. Déjelos templar sobre una rejilla metálica. Sírvalos calientes o fríos.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Utilice las cantidades indicadas e incorpore 325 ml de agua (o según las instrucciones del paquete). Agregue los ingredientes en la máquina en el orden especificado en el libro de instrucciones. Utilice la opción para masa y continúe a partir del paso 2 de la receta principal (aplastando la masa en vez de amasarla); luego extienda la masa y continúe tal y como se indica.*

081 «Bagels»

TIEMPO DE PREPARACIÓN *55 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15-20 minutos*
PARA *12* bagels

225 g de harina de fuerza blanca
1 ½ cucharaditas de sal
225 g de harina de fuerza integral
1 sobre (7 g) de levadura seca en polvo
1 cucharada de azúcar lustre
2 cucharadas de aceite de girasol
unos 300 ml de agua templada
1 cucharada de azúcar granulado
leche para glasear
semillas de amapola, sésamo o alcaravea para espolvorear (opcional)

1 Unte con mantequilla dos placas de hornear y resérvelas. Tamice la harina blanca y la sal en un cuenco grande y mezcle con la harina integral, la levadura y el azúcar blanquilla. Practique un hueco en el centro, agregue el aceite y la cantidad de agua suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una masa de textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una bola, colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.

3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina, divídala en 12 porciones iguales, forme una bola y, con el mango de una cuchara de madera untado con harina, practique un agujero en el centro de cada bola. Aumente el diámetro de los agujeros llevando la masa hacia el exterior para formar anillos. Asegúrese de que éstos son grandes (tenga en cuenta que los agujeros se cerrarán ligeramente cuando la masa haya levado y haya adquirido calor). Coloque las piezas sobre las placas, tape y deje levar de nuevo 30 minutos o hasta que hayan doblado su tamaño.

4 Mientras, caliente el horno a 200 °C. Caliente agua en una cacerola grande y cuando esté por debajo del punto de ebullición agregue el azúcar y mezcle hasta que se disuelva. Deje caer cuidadosamente cada *bagel* en el agua (3 o 4 a la vez) y escálfelos unos 3 minutos, dándoles una vuelta.

5 Retire los *bagels* del agua, escúrralos bien y colóquelos en las placas. Píntelos con un poco de leche y espolvoree las superficies con semillas, si lo desea.

6 Hornee los *bagels* de 15 a 20 minutos o hasta que estén dorados. Déjelos enfriar sobre rejillas metálicas. Córtelos por la mitad y sírvalos calientes o fríos.

082 Nudos con semillas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15-20 minutos*
PARA *12 nudos*

500 g de harina de fuerza blanca
1 cucharadita de sal
1 sobre (7 g) de levadura seca rápida
1 cucharadita de azúcar blanquilla
25 g de mantequilla a dados
unos 325 ml de leche templada
semillas de alcaravea, amapola o pipas de calabaza para espolvorear

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina dos placas para hornear y resérvelas. Tamice la harina y la sal en un cuenco grande, mezcle con la levadura y el azúcar y amase con la mantequilla. Practique un hueco en el centro, agregue la leche y mezcle hasta formar una masa de textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Divídala en 12 porciones iguales. Extienda cada una en forma de salchicha y átela holgadamente formando un nudo y separando ambos extremos.

3 Coloque los nudos de forma espaciada sobre las placas. Píntelos ligeramente con un poco de agua y espolvoree 4 nudos con las semillas de alcaravea, 4 con las pipas de calabaza, y 4 con las semillas de amapola.

5 Hornéelos de 15 a 20 minutos o hasta que estén hinchados y dorados. Colóquelos en una rejilla metálica para que se templen. Sírvalos calientes o fríos.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Utilice las cantidades indicadas en la receta principal pero modifique los siguientes ingredientes: 340 ml de leche, 2 cucharaditas de sal y 2 cucharaditas de azúcar blanquilla. Agregue los ingredientes en la máquina en el orden especificado en el libro de instrucciones. Utilice la opción para masa y continúe a partir del paso 2 de la receta (aplastando la masa en vez de amasarla); posteriormente, divídala, modélela y continúe tal y como se indica).*

083 Tréboles de amapola

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15-20 minutos*
PARA *10 panecillos*

500 g de mezcla para pan blanco (comercial)
85 g de queso gruyère o emmental finamente rallado
1 cucharadita de mostaza en polvo
un poco de pimienta negra acabada de moler
unos 300 ml de agua templada
huevo batido o leche para glasear
semillas de amapola para espolvorear

1. Unte con mantequilla o espolvoree con harina dos placas de hornear y resérvelas. Coloque la mezcla para pan en un cuenco y mezcle con el queso, la mostaza y la pimienta negra. Agregue la cantidad de agua suficiente (de acuerdo con las instrucciones del paquete) para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.
2. Coloque la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Divídala en 30 porciones iguales. Extiéndalas formando pequeñas bolas y colóquelas sobre las placas en grupos de 3 para formar un trébol. Asegúrese de que cada grupo de 3 está en contacto uno con otro para que al levar queden unidos en forma de trébol.
3. Pinte los tréboles con huevo batido o leche y espolvoréelos con semillas de amapola. Tape y deje levar en un lugar caliente unos 30 minutos o hasta que hayan doblado su tamaño.
4. Mientras, caliente el horno a 200 °C. Hornee los tréboles de 15 a 20 minutos, o hasta que estén hinchados y dorados. Colóquelos en una rejilla. Sírvalos calientes o fríos.

VARIANTES *Utilice queso cheddar curado en vez del gruyère o emmental. Utilice semillas de sésamo o alcaravea en lugar de amapola.*

084 Nudos de cereza y avellana

TIEMPO DE PREPARACIÓN *30 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15-20 minutos*
PARA *12 nudos*

225 g de harina de fuerza blanca
½ cucharadita de sal
25 g de mantequilla a dados
1 ½ cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
25 g de azúcar blanquilla
85 g de cerezas deshidratadas, partidas por la mitad
55 g de avellanas tostadas finamente picadas
1 ½ cucharaditas de canela molida
1 huevo ligeramente batido
unos 100 ml de leche templada y un poco más para glasear
25 g de terrones de azúcar picados a grandes trozos

1. Unte con mantequilla o espolvoree con harina 2 placas para hornear y resérvelas. Tamice la harina y la sal en un cuenco grande y amase con la mantequilla. Mezcle todo con la levadura, el azúcar, las cerezas, las avellanas y la canela. Practique un hueco en el centro, agregue el huevo y la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.
2. Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una bola, colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que doble su tamaño.
3. Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y divídala en 12 porciones iguales. Extienda cada una en forma de salchicha o cuerda larga de unos 20 cm de longitud, y ate luego cada una formando un nudo sencillo y separando ambos extremos. Coloque los nudos sobre las placas. Tape y deje levar de nuevo 45 minutos, o hasta que hayan doblado su tamaño.
4. Mientras, caliente el horno a 190 °C. Pinte los nudos con un poco de leche y espolvoréelos con los terrones de azúcar machacados. Hornee los nudos de 15 a 20 minutos, o hasta que estén hinchados y dorados. Colóquelos en una rejilla metálica para que se templen. Sírvalos calientes o fríos.

CAPÍTULO 2

Especialidades y panes festivos

Las especialidades se preparan con masas levadas enriquecidas con una serie de ingredientes tales como huevos, azúcar, mantequilla, frutas deshidratadas o chocolate. Los panes enriquecidos, tanto dulces como salados, varían desde los blandos y de textura esponjosa con sabor a mantequilla, a las pastas levadas deliciosamente ligeras y hojaldradas que se derriten en la boca. Resulta difícil resistir la tentación.

Algunas especialidades, tales como el «challah» y el pan griego pascual, se preparan tradicionalmente para una festividad particular, mientras que otros, como el «stollen» y el «panettone» se elaboran en una época concreta del año como es la Navidad.

Se ha incluido una deliciosa selección de panes enriquecidos, procedentes de todo el mundo, entre los que se encuentran el «brioche», el «kugelhopf» o los «pains au chocolat», así como tentadoras delicias como los «croissants», las espirales de canela y pasas o las pastas danesas. También se han incluido recetas más sencillas de masa enriquecida, como los bollos de Bath, el pan de chocolate y avellanas, los bollos de Chelsea o las pastas para el té.

085 «Savarin» de cerezas al kirsch

TIEMPO DE PREPARACIÓN *40 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *25-30 minutos*
PARA *10-12*

225 g de harina de fuerza blanca
½ cucharadita de sal
25 g de azúcar blanquilla
1 sobre (7 g) de levadura seca rápida
6 cucharadas de leche templada
4 huevos grandes ligeramente batidos
100 g de mantequilla derretida
150 g de azúcar granulado
5 cucharadas de kirsch
3 cucharadas de vino blanco seco
55 g de confitura de albaricoque
300 ml de crema de leche espesa batida
225 g de cerezas frescas o en lata (escurridas y deshuesadas)
15 g de pistachos picados

1 Unte con mantequilla un molde para *savarin* de 1,2 l de capacidad y resérvelo. Tamice la harina y la sal en un cuenco grande y mezcle con la levadura y el azúcar blanquilla. Practique un hueco en el centro; agregue la leche, los huevos y la mantequilla derretida y mezcle hasta obtener una masa homogénea y muy espesa.

2 Amase con las manos en el cuenco de 4 a 5 minutos o hasta que la mezcla adquiera una textura lisa, elástica y ligeramente dura. Colóquela en el molde, tápela y déjela levar en un lugar caliente hasta que la mezcla alcance el borde del recipiente.

3 Caliente el horno a 200 °C. Hornee el *savarin* de 25 a 30 minutos o hasta que esté dorado. Colóquelo sobre una rejilla que previamente habrá situado sobre una bandeja.

4 Introduzca el azúcar granulado en un cazo con 175 ml de agua. Caliente, removiendo hasta que el azúcar se disuelva; luego lleve a ebullición y hierva rápidamente 5 minutos. Retire el cazo del fuego y mezcle su contenido con el kirsch y el vino. Vierta lentamente esta mezcla de forma uniforme sobre el *savarin* para que se deposite el exceso de líquido en la bandeja inferior. Repita la operación hasta que todo el almíbar haya sido absorbido. El *savarin* adquirirá un aspecto brillante e hinchado.

5 Coloque el *savarin* en una fuente de servicio. Vierta la confitura en un cazo con 1 cucharada de agua y caliente hasta que se haya derretido. Pinte el *savarin* con la confitura y déjelo enfriar.

6 Rellene el centro del *savarin* con la crema batida y las cerezas. Decore con los pistachos. Corte en porciones para servir.

086 «Brioche»

TIEMPO DE PREPARACIÓN *30 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30-35 minutos*
PARA *10-12*

225 g de harina de fuerza blanca
½ cucharadita de sal
1 ½ cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
25 g de azúcar blanquilla
55 g de mantequilla derretida
2 huevos grandes ligeramente batidos
1-2 cucharadas de leche templada
huevo batido para glasear

1 Unte con mantequilla un molde para *brioche* de 1,2 l de capacidad y resérvelo. Tamice la harina y la sal en un cuenco grande y mezcle con la levadura y el azúcar. Practique un hueco en el centro; agregue la mantequilla derretida, los huevos y la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de mezclar, obtenga una masa de textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una bola, colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.

3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina, corte un cuarto de la masa y resérvelo. Amase el resto y forme una bola grande. Colóquela en el molde. Forme otra bola pequeña con el resto de la masa y colóquela encima de la de mayor tamaño, presionando ligeramente hacia abajo. Tape y deje levar de nuevo unos 30 minutos o hasta que la masa haya alcanzado casi por completo el borde del molde.

4 Mientras, caliente el horno a 230 °C. Pinte ligeramente el *brioche* con huevo batido y hornéelo 10 minutos. Reduzca la temperatura a 190 °C y hornee otros 20-25 minutos o hasta que esté dorado y suene hueco al golpear su base. Cúbralo con papel de aluminio al finalizar la cocción si se dorara demasiado. Colóquelo en una rejilla. Sírvalo caliente o frío.

087 «Brioche» de naranja y canela

TIEMPO DE PREPARACIÓN *30 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *40 minutos*
PARA *12-14*

450 g de harina de fuerza blanca
½ cucharadita de sal
1 sobre (7 g) de levadura seca rápida
55 g de azúcar blanquilla
1 cucharada de cáscara de naranja finamente rallada
1 cucharadita de canela molida
150 g de mantequilla
3 huevos grandes ligeramente batidos
unas 3 cucharadas de leche templada
yema de huevo batida para glasear

1. Unte con mantequilla un molde para *brioche* de 1,7 l de capacidad y resérvelo. Tamice la harina y la sal en un cuenco y mezcle con la levadura, el azúcar, la cáscara de naranja y la canela. Incorpore la mitad de la mantequilla con la mezcla de harina y practique un hueco en el centro. Derrita el resto de la mantequilla, déjela enfriar ligeramente y agréguela a la mezcla de harina con los huevos y la leche necesaria para obtener una masa de textura blanda.
2. Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una bola, colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
3. Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina, corte un cuarto de la masa y resérvela. Amase el resto, forme una bola e introdúzcala en el molde. Dé forma de pera a la masa reservada.
4. Practique un hueco en el centro de la bola grande de masa y coloque el extremo más fino de la pieza en forma de pera dentro del agujero. Tape y deje levar de nuevo unos 30 minutos.
5. Mientras, caliente el horno a 200 °C. Pinte el *brioche* con la yema de huevo batida y hornee durante 40 minutos. Colóquelo en una rejilla y déjelo templar. Sírvalo frío o caliente cortado en porciones.

088 Borrachos de ron

TIEMPO DE PREPARACIÓN *40 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15-20 minutos*
PARA *16 borrachos*

8 cucharadas de ron oscuro
2 cucharadas de agua hirviendo
225 g de harina de fuerza blanca
½ cucharadita de sal
1 sobre (7 g) de levadura seca fácil de mezclar
15 g de azúcar blanquilla
3 cucharadas de leche templada
3 huevos grandes ligeramente batidos
115 g de mantequilla previamente ablandada
250 g de azúcar granulado

1. Unte con mantequilla 16 moldes pequeños para borrachos (cada uno de 125 ml de capacidad) y resérvelos. Introduzca las pasas en un cuenco grande con 4 cucharadas de ron y el agua hirviendo y déjelas remojar. Tamice la harina y la sal en un cuenco grande y mezcle con la levadura y el azúcar blanquilla. Practique un hueco en el centro, agregue la leche y los huevos y mezcle hasta obtener una masa homogénea y muy espesa.
2. Amase en el cuenco, sirviéndose con la mano 4 o 5 minutos o hasta que adquiera una textura homogénea, elástica y ligeramente dura. Cubra la masa y deje levar en un lugar caliente 30 minutos, o hasta que casi haya doblado su volumen.
3. Aplaste la masa en el cuenco e incorpore gradualmente la harina y las pasas remojadas (sin nada de líquido, el cual puede verterse sobre los borrachos justo antes de servirlos) hasta obtener una masa de textura homogénea y espesa. Viértala en los moldes, llenando cada uno hasta un tercio de su altura. Colóquelos sobre la placa de hornear, cúbralos y deje levar de nuevo durante 30 minutos, o hasta que la mezcla casi haya alcanzado el borde de los moldes.
4. Mientras, caliente el horno a 200 °C. Hornee los borrachos de 15 a 20 minutos o hasta que estén dorados. Colóquelos en una rejilla metálica.
5. Introduzca el azúcar granulado y 600 ml de agua en una cacerola y caliente suavemente hasta que el azúcar se haya disuelto; luego lleve a ebullición y hierva a fuego fuerte durante 5 minutos. Retire el recipiente del fuego y, a continuación, sumerja los borrachos en el almíbar caliente dándoles la vuelta varias veces para que absorban el almíbar. Los borrachos se hincharán y adquirirán brillo.
6. Retire los borrachos del almíbar y colóquelos en una fuente. Rocíelos con el resto del ron justo antes de servir. Para ello, mezcle el resto del almíbar y del líquido de remojo y vierta sobre los borrachos.

089 «Fougasse»

TIEMPO DE PREPARACIÓN *30 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *25 minutos*
PARA *1 pan (para 10 raciones)*

350 g de harina de fuerza blanca
½ cucharadita de sal
1 ½ cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
1 cucharada de aceite de oliva
unos 200 ml de agua templada
55 g de aceitunas negras deshuesadas
55 g de nueces picadas
aceite de oliva para pintar la superficie

1. Unte con mantequilla una placa de hornear y resérvela. Tamice la harina y la sal en un cuenco grande, y mezcle con la levadura. Practique un hueco en el centro, agregue el aceite de oliva y la cantidad de agua suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.
2. Coloque la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una bola, colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
3. Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina. Esparza las aceitunas y las nueces por encima y doble la masa sobre sí misma dos o tres veces para que se introduzcan en el interior. Forme una bola y extiéndala para constituir una forma ovoidal de 25 cm de longitud.
4. Realice cuatro cortes paralelos diagonales sobre el pan, dejando los bordes intactos. Separe suavemente la masa para abrir los cortes de forma que recuerde a una escalera. Coloque la masa en la placa de hornear, tape y deje levar de nuevo 45 minutos o hasta que casi haya doblado su tamaño.
5. Caliente el horno a 220 °C. Pinte el pan con un poco de aceite de oliva y hornéelo 25 minutos o hasta que esté dorado. Colóquelo en una rejilla para que se temple. Sírvalo caliente o frío.

090 «Kugelhopf»

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *40 minutos*
PARA *1 pan (para 12 raciones)*

55 g de almendras fileteadas
350 g de harina de fuerza blanca
½ cucharadita de sal
1 ½ cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
115 g de sultanas
1 cucharadita de mezcla de especias molidas
115 g de mantequilla ablandada
115 g de azúcar blanquilla
2 huevos grandes ligeramente batidos
100 ml de leche templada y un poco más si fuese necesario
azúcar lustre para servir

1 Unte con mantequilla un molde para *kugelhopf* de 20 cm, espolvoréelo con las almendras y resérvelo. Tamice la harina y la sal en un cuenco grande y mezcle con la harina, las sultanas y la mezcla de especias. Practique un hueco en el centro y reserve. Bata en otro cuenco la mantequilla y el azúcar e incorpore gradualmente los huevos y la leche. Vierta esta mezcla en el hueco de los ingredientes secos y mezcle bien hasta obtener una masa de textura blanda y sedosa, a la que añadirá un poco de leche si fuese necesario.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una bola, colóquela en el cuenco ligeramente untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina e introdúzcala en el molde. Tape y deje levar de nuevo 1 hora o hasta que casi alcance el borde del molde.
4 Mientras, caliente el horno a 200 °C. Hornee el *kugelhopf* unos 40 minutos o hasta que esté dorado y al insertar una aguja en el centro salga limpia. Colóquelo en una rejilla metálica. Espolvoree la superficie con azúcar lustre justo antes de servir.

091 «Buchty»

TIEMPO DE PREPARACIÓN *30 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30-35 minutos*
PARA *1 pan (para 16 raciones)*

450 g de harina de fuerza blanca
1 cucharadita de sal
1 ½ cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
55 g de azúcar blanquilla
140 g de mantequilla
unos 50 ml de leche y un poco más por si fuese necesario
3 huevos grandes ligeramente batidos

1 Unte con mantequilla un molde cuadrado de 20 cm de lado y base desmontable y resérvelo. Tamice la harina y la sal en un cuenco y mezcle con la levadura y el azúcar. Derrita 55 g de mantequilla en un cazo pequeño y mézclela con la leche. Retire del fuego y deje que se enfríe un poco.
2 Practique un hueco en el centro de los ingredientes secos, agregue la mezcla de mantequilla y los huevos y bata hasta obtener una masa de textura blanda; para ello, añada un poco de leche si fuese necesario.
3 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea. Forme una bola, introdúzcala en un cuenco ligeramente untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
4 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina, y divídala en 16 porciones iguales a las que dará forma de bola. Derrita el resto de la mantequilla y pase por ella las bolas. Coloque las bolas en el molde, de forma que se toquen unas con otras. Cubra con un trapo y deje levar de nuevo 1 hora aproximadamente o hasta que hayan doblado su tamaño.
5 Mientras, caliente el horno a 190 °C. Pinte con el resto de la mantequilla la superficie de las bolas. Hornee de 30 a 35 minutos o hasta que la superficie esté dorada. Cubra holgadamente la preparación con papel de aluminio al finalizar la cocción, si la superficie se dorara demasiado. Coloque sobre una rejilla metálica para que se enfríe. Separe los panecillos antes de servirlos.

092 «Stollen»

TIEMPO DE PREPARACIÓN *30 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *40 minutos*
PARA *1 pan (para 10-12 raciones)*

350 g de harina de fuerza blanca
½ cucharadita de sal
1 cucharadita de mezcla de especias
40 g de mantequilla a dados
25 g de azúcar blanquilla
2 cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
la cáscara finamente rallada de 1 limón
175 g de frutas secas variadas de calidad
55 g de almendras blanqueadas picadas
1 huevo grande batido
unos 125 ml de leche templada
175 g de mazapán preparado o pasta de almendras
azúcar lustre y canela molida para espolvorear

1 Unte con mantequilla una placa para hornear y resérvela. Tamice la harina, la sal y la mezcla de especias en un cuenco grande y amase con la mantequilla. Incorpore, sin dejar de amasar, el azúcar, la levadura, la cáscara de limón, las frutas y las almendras. Practique un hueco en el centro y agregue el huevo y la cantidad de agua suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una bola, introdúzcala en un cuenco untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina, y forme un rectángulo de unos 20 x 10 cm y 2,5 cm de grosor. Extienda el mazapán en forma de salchicha.
4 Coloque el rollo de mazapán a lo largo del centro de la masa, doble ambos extremos por encima hasta cerrarlo y presione sobre los extremos de pasta para sellarlos. Coloque la preparación en la placa de hornear, tape y deje levar de nuevo de 45 a 60 minutos.
5 Mientras, caliente el horno a 180 °C. Hornee el *stollen* unos 40 minutos, o hasta que al golpear su base suene hueca. Colóquelo en una rejilla metálica para que se enfríe. Espolvoree con una mezcla de azúcar lustre tamizado y canela molida. Sírvalo cortado en rebanadas.

VARIANTE *Cubra el* stollen *con un glaseado muy fino en vez de espolvorearlo con el azúcar lustre y la canela.*

093 Pan de frutas de Navidad

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30 minutos*
PARA *1 pan (para 10-12 raciones)*

350 g de harina de fuerza blanca
½ cucharadita de sal
55 g de mantequilla a dados
2 cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
55 g de azúcar blanquilla
la cáscara finamente rallada de 1 naranja pequeña
55 g de orejones de albaricoques picados
55 g de sultanas
55 g de cerezas confitadas picadas
40 g de almendras fileteadas
1 huevo grande ligeramente batido
unas gotas de esencia de almendras
unos 125 ml de leche templada
azúcar lustre para espolvorear

1 Unte con mantequilla un molde para «brioche» de 1,7 l de capacidad o una placa de hornear y resérvela. Tamice la harina y la sal en un cuenco grande, y amase ligeramente con la mantequilla. Mezcle con la levadura, el azúcar blanquilla, la cáscara de naranja, las frutas secas, las cerezas y las almendras.
2 Practique un hueco en el centro y agregue el huevo, la esencia de almendras y la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.
3 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una bola, colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
4 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina, forme una bola y colóquela en el molde o placa. Tape y deje levar de nuevo 1 hora.
5 Mientras, caliente el horno a 190 °C. Hornee el pan alrededor de 30 minutos, o hasta que esté dorado y al golpear su base suene hueca. Colóquelo en una rejilla metálica. Sírvalo espolvoreado con el azúcar lustre.

VARIANTES *Utilice cáscara de limón en vez de naranja. Utilice arándanos rojos o azules en lugar de las sultanas.*

094 «Tsoureki»

TIEMPO DE PREPARACIÓN *30 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *45 minutos*
PARA *1 pan (para 10-12 raciones)*

280 g de harina de fuerza blanca
½ cucharadita de sal
85 g de mantequilla a dados
1 ½ cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
55 g de azúcar blanquilla
la cáscara finamente rallada de 1 limón
2 huevos grandes ligeramente batidos
4 cucharadas de leche templada
3 huevos hervidos, coloreados con colorante alimentario rojo y fríos
huevo batido para glasear

1 Unte con mantequilla una placa de hornear y resérvela. Tamice la harina y la sal en un cuenco grande, y amase ligeramente con la harina. Incorpore, sin dejar de amasar, la levadura, el azúcar y la cáscara de limón. Practique un hueco en el centro, agregue los huevos batidos y la leche y mezcle hasta obtener una masa blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta obtener una textura homogénea y elástica. Forme una bola, colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que doble su tamaño.
3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y divídala en 3 partes iguales. Extienda cada una formando una cuerda larga de unos 35 cm de longitud, luego trence las cuerdas de masa juntas, presionándolas a ambos extremos para sellarlas. Coloque la trenza sobre la placa de hornear y presione por encima los huevos teñidos que habrá colocado a intervalos regulares. Tape y deje levar de nuevo 1 hora.
4 Mientras, caliente el horno a 180 °C. Pinte el pan con huevo batido para glasearlo y horneélo unos 45 minutos o hasta que esté dorado. Al finalizar la cocción, cúbralo con papel de aluminio si se dorara demasiado. Colóquelo en una rejilla metálica para que se enfríe. Sírvalo cortado en rebanadas.

095 El pan del mono

TIEMPO DE PREPARACIÓN *35 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *40 minutos*
PARA *1 pan (para 16 raciones)*

115 g de sultanas
4 cucharadas de brandy
450 g de harina de fuerza blanca
½ cucharadita de sal
1 sobre de levadura seca fácil de mezclar
2 cucharadas de azúcar blanquilla
175 ml de leche templada
50 ml de agua templada
1 huevo grande ligeramente batido
115 g de nueces finamente picadas
1 ½ cucharaditas de mezcla de especias molidas
115 g de azúcar moreno blando
85 g de mantequilla derretida

1 Introduzca las sultanas en un cuenco, agregue el brandy y remueva. Déjelas en remojo toda la noche. Unte con mantequilla un molde en forma de anillo de 23 cm de diámetro y resérvelo.
2 Tamice la harina y la sal en un cuenco grande y mezcle con la levadura y el azúcar. Practique un hueco en el centro, agregue la leche, el agua y el huevo y mezcle hasta obtener una masa de textura blanda.
3 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura lisa y elástica. Forme una bola, introdúzcala en un cuenco untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que doble su tamaño. Incorpore las nueces, la mezcla de especias y el azúcar moreno en un cuenco y reserve.
4 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y divídala en 32 porciones a las que dará forma de bola. Pase cada una por la mantequilla y luego por la mezcla de nueces, cubriéndolas por completo. Coloque la mitad de las bolas en el molde, perfectamente espaciadas. Esparza por encima las sultanas remojadas y el resto de la mezcla de nueces. Cubra con el resto de las bolas de masa y rocíe con el resto de la mantequilla. Tape y deje levar unos 25 minutos.
5 Caliente el horno a 190 °C. Hornee el pan unos 40 minutos o hasta que esté hinchado y dorado. Déjelo enfriar en el molde 10 minutos y colóquelo en una fuente de servicio.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Emplee levadura seca rápida. Utilice la opción para masa, luego continúe a partir del final del punto 3 de la receta principal. Sirva caliente o frío.*

096 «Challah»

TIEMPO DE PREPARACIÓN *45 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *35-40 minutos*
PARA *1 pan (para 10 raciones)*

500 g de harina de fuerza blanda
1 ½ cucharaditas de sal
1 sobre de levadura seca fácil de mezclar
1 cucharada de azúcar blanquilla
5 cucharadas de aceite de oliva
2 huevos ligeramente batidos
unos 125 ml de agua templada
huevo batido para glasear
semillas de sésamo o amapola para espolvorear

1 Tamice la harina y la sal en un cuenco y luego mezcle con la levadura y el azúcar. Practique un hueco en el centro y agregue el aceite, los huevos y el agua caliente para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea. Forme una bola, colóquela en un cuenco untado con aceite, tape y deje levar.
3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina y divídala en 4 partes iguales. Extienda cada porción formando una cuerda de 40 cm de longitud. Trence las cuerdas juntas, colóquelas una junto a otra y pince un extremo. Empezando por la derecha, levante la primera cuerda sobre la segunda y levante la tercera sobre la cuarta; luego coloque la cuarta entre la primera y la segunda. Haga una trenza. Oculte los extremos por debajo y coloque la trenza sobre una placa de hornear untada con mantequilla. Tape y deje levar hasta que haya doblado su tamaño.
4 Caliente el horno a 220 °C. Pinte la masa con el huevo batido y espolvoréela con las semillas. Hornee el pan 15 minutos, luego reduzca la temperatura del horno a 190 °C y hornee otros 20-25 minutos, o hasta que esté hinchado y dorado. Sírvalo cortado en rebanadas o porciones.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Utilice las cantidades indicadas en la receta principal, pero varíe el siguiente ingrediente: 155 ml de agua y levadura seca rápida. Agregue los ingredientes en la máquina en el orden especificado. Utilice la opción para masa y luego continúe a partir del paso 3.*

097 Corona de frutas festiva

TIEMPO DE PREPARACIÓN *35 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *45-50 minutos* **PARA** *16*

500 g de mezcla para pan blanco
55 g de mantequilla a dados
25 g de azúcar blanquilla
cáscara de 1 naranja finamente rallada
1 huevo grande ligeramente batido
unos 250 ml de agua templada
175 g de sultanas
115 g de mazapán preparado o pasta de almendras
115 g de azúcar lustre
unas 2-3 cucharaditas de zumo de naranja
25 g de almendras tostadas fileteadas

1 Unte con mantequilla un molde redondo profundo de 23 a 25 cm de diámetro y resérvelo. Introduzca la mezcla de pan en un cuenco grande y amase ligeramente con la mantequilla. Incorpore el azúcar blanquilla y la cáscara de naranja y luego agregue la cantidad de agua suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una masa de textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta obtener una textura homogénea y elástica. Incorpore las sultanas sin dejar de amasar. Divida la masa en 16 porciones iguales y forme una bola con cada una de ellas.

3 Presione una bola de mazapán en el centro de cada bola de masa, y trabájela de forma que la pasta envuelva el mazapán. Coloque 11 bolas alrededor de la parte externa del molde y luego 5 en el centro. Tape y deje levar en un lugar caliente hasta que hayan doblado su tamaño.

4 Caliente el horno a 190 °C Hornee el pan de 45 a 50 minutos, o hasta que esté hinchado y dorado. Cúbralo holgadamente con papel de aluminio al finalizar el tiempo de cocción si la superficie se dorara demasiado. Colóquelo sobre una rejilla para que se enfríe.

5 Mezcle el azúcar lustre con la cantidad de zumo de naranja suficiente para obtener un glaseado liso. Extiéndalo sobre la superficie del pan. Espolvoree con las almendras. Sirva frío o caliente.

098 Trenza del paraíso

TIEMPO DE PREPARACIÓN *30 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *45-50 minutos* **PARA** *10*

450 g de harina de fuerza blanca
½ cucharadita de sal
55 g de mantequilla a dados
1 sobre (7 g) de levadura seca fácil de mezclar
55 g de azúcar blanquilla
2 huevos grandes ligeramente batidos
unos 150 ml de leche templada
115 g de peras deshidratadas picadas
55 g de piña seca picada
55 g de almendras blanqueadas picadas
25 g de mantequilla derretida
azúcar lustre tamizado para decorar

1 Unte con mantequilla una placa de hornear y resérvela. Tamice la harina y la sal en un cuenco y amase ligeramente con la mantequilla. Mezcle con la levadura y el azúcar blanquilla. Practique un hueco en el centro y agregue los huevos y la leche para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Incorpore, sin dejar de amasar, las peras, la piña y las almendras. Forme una bola e introdúzcala en un cuenco untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.

3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y divídala en 3 partes iguales. Extienda cada una en forma de salchicha o cuerda de unos 30 cm de longitud. Trence las cuerdas de masa juntas, presionándolas a un extremo para sellarlas. Coloque la trenza sobre la placa de hornear. Cúbrala con un trapo y déjela levar de nuevo unos 45 minutos o hasta que casi haya doblado su tamaño.

4 Mientras, caliente el horno a 190 °C. Hornee la trenza en el horno de 45 a 50 minutos, o hasta que esté hinchada y dorada y cúbrala holgadamente con papel de aluminio al final de la cocción si se dorara demasiado.

5 Colóquela en una rejilla metálica para que se enfríe ligeramente, píntela con mantequilla derretida y espolvoréela con el azúcar lustre tamizado. Sírvala caliente o fría cortada en rebanadas.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Utilice las cantidades indicadas, pero rectifique los siguientes ingredientes: 165 ml de leche y levadura seca rápida. Agregue los ingredientes en el orden especificado en su libro de instrucciones. Utilice la opción para masa básica de pasas o similar (o utilice la opción para masa), y añada las peras, la piña y las almendras cuando la máquina emita un sonido parecido a un pitido (o añada los ingredientes extra 5 minutos antes de finalizar el ciclo de amasado); luego continúe a partir del paso 3.*

099 Pan pascual griego

TIEMPO DE PREPARACIÓN *30 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *35-40 minutos*
PARA *1 pan (para 10-12 raciones)*

500 g de harina de fuerza blanca
½ cucharadita de sal
1 sobre (7 g) de levadura seca rápida
85 g de azúcar blanquilla
100 g de mantequilla derretida
2 huevos grandes ligeramente batidos
unas gotas de esencia de almendras
unos 125 ml de leche templada
huevo batido para glasear
azúcar lustre tamizado para espolvorear

1 Unte con mantequilla una placa de hornear y resérvela. Tamice la harina y la sal en un cuenco grande, y, posteriormente, mezcle con la levadura y el azúcar lustre. Practique un hueco en el centro, luego incorpore la mantequilla derretida, los huevos, la esencia de almendras y la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una bola e introdúzcala en un cuenco untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.

3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y divídala en 3 partes iguales. Extienda cada pieza formando una cuerda larga, luego trence las cuerdas juntas. Forme un círculo con la trenza y presione los extremos para sellarlos. Coloque la trenza sobre la placa de hornear, tape y deje levar de nuevo de 45 a 60 minutos o hasta que haya doblado su tamaño.

4 Mientras, caliente el horno a 190 °C. Pinte el pan con huevo batido para glasearlo y hornéelo de 35 a 40 minutos o hasta que esté dorado. Cúbralo holgadamente con papel de aluminio al finalizar la cocción si se dorara demasiado.

100 «Panettone»

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *45-50 minutos*
PARA *1 pan (para 8-10 raciones)*

350 g de harina de fuerza blanca
½ cucharadita de sal
1 sobre (7 g) de levadura seca fácil de mezclar
55 g de azúcar blanquilla
115 g de sultanas
55 g de frutas confitadas variadas picadas
la cáscara finamente rallada de 1 limón pequeño
3 huevos grandes ligeramente batidos
4 cucharadas de leche templada
115 g de mantequilla ablandada
15 g de mantequilla derretida

1 Unte con mantequilla y forre un molde redondo y profundo de 18 cm de diámetro. Con ayuda de un bramante, ate un papel sulfurizado doblado alrededor del contorno externo del molde, de forma que sobrepase el borde en 7,5 cm. Resérvelo.

2 Tamice la harina y la sal en un cuenco grande y mezcle con la levadura, el azúcar, las sultanas, las frutas y la cáscara de limón. Practique un hueco en el centro; agregue los huevos, la leche y la mantequilla ablandada y amase 5 minutos o hasta la masa adquiera una textura elástica y se separe de las paredes del cuenco.

3 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea. Forme una bola y colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.

4 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y forme una bola. Colóquela en el molde preparado y realice una cruz sobre la superficie. Tape y deje levar de nuevo unos 30 minutos, o hasta que haya doblado su tamaño.

5 Mientras, caliente el horno a 200 °C. Pinte generosamente la superficie del *panettone* con mantequilla derretida. Hornee 15 minutos, reduzca la temperatura a 180 °C y hornee otros 30 o 35 minutos, o hasta que la superficie esté dorada y crujiente. Colóquelo sobre una rejilla metálica para que se enfríe. Córtelo en porciones antes de servir.

101 Anillo pascual

TIEMPO DE PREPARACIÓN *30 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *25 minutos*
PARA *1 pan (para 10-12 raciones)*

225 g de harina de fuerza blanca
½ cucharadita de sal
55 g de mantequilla a dados
1 ½ cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
25 g de azúcar blanquilla
1 huevo grande ligeramente batido
55 g de sultanas
unos 100 ml de leche templada y un poco más para glasear
55 g de orejones de albaricoques picados
55 g de azúcar moreno blando claro
1 ½ cucharaditas de mezcla de especias
115 g de azúcar lustre tamizado
25 g de almendras tostadas fileteadas

1 Unte con mantequilla una placa de hornear y resérvela. Tamice la harina y la sal en un cuenco grande, y amase ligeramente con 25 g de mantequilla. Mezcle con la levadura y el azúcar blanquilla. Practique un hueco en el centro, agregue el huevo y la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una bola, colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.

3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina y extiéndala con el rodillo formando un rectángulo de 46 x 30 cm. Derrita el resto de la mantequilla y aplíquela sobre la masa.

4 Mezcle las sultanas, los albaricoques, el azúcar moreno blando y la mezcla de especias y esparza sobre la masa. Empezando por un extremo alargado, enrolle la masa muy apretada como si se tratara de un brazo de gitano. Asegúrese de que el punto de unión queda hacia abajo y realice un círculo. Pinte los extremos con un poco de leche y presiónelos para sellarlos. Coloque sobre la placa.

5 Con un cuchillo afilado, corte la masa a intervalos de 4 cm y a dos tercios de su altura. Lleve los cortes hacia fuera de forma que se solapen ligeramente. Tape y deje levar de nuevo 1 hora o hasta que el anillo haya doblado su tamaño.

6 Mientras, caliente el horno a 200 °C. Hornee el anillo 25 minutos, o hasta que esté hinchado y bien dorado. Colóquelo en una rejilla para que se enfríe.

7 Mezcle el azúcar lustre con 4 cucharadas de agua para obtener un glaseado. Viértalo sobre el anillo horneado todavía caliente y esparza por encima las almendras. Sírvalo caliente cortado en porciones.

102 Trenza de frutas y limón

TIEMPO DE PREPARACIÓN *35 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30-35 minutos* **PARA** *12-14*

500 g de mezcla para pan blanco
55 g de mantequilla a dados
25 g de azúcar lustre
la cáscara finamente rallada de 1 limón
1 huevo grande ligeramente batido
unos 225 ml de agua templada
85 g de orejones de albaricoques picados
85 g de sultanas
115 g de azúcar lustre tamizado
3-4 cucharaditas de zumo de limón
25 g de almendras tostadas fileteadas

1 Unte con mantequilla una placa para hornear y resérvela. Introduzca la mezcla para pan en un cuenco grande y amase con la mantequilla. Mezcle con el azúcar blanquilla y la cáscara de limón y agregue el huevo y la cantidad de agua necesaria para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Incorpore las sultanas y los albaricoques sin dejar de amasar.
3 Divida la masa en 3 partes iguales y extiéndalas formando una salchicha o cuerda larga de 30 cm de longitud. Trence las cuerdas de pasta y presione los extremos para sellarlos. Coloque la trenza sobre la placa de hornear. Tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
4 Caliente el horno a 190 °C. Hornee la trenza de 30 a 45 minutos, o hasta que haya levado y esté dorada. Colóquela en una rejilla para que se enfríe.
5 Mezcle el azúcar lustre con la cantidad de zumo de limón suficiente para obtener un glaseado liso y espeso que extenderá sobre la superficie de la trenza. Esparza por encima las almendras y corte en porciones antes de servir.

103 Anillo de albaricoques y almendras

TIEMPO DE PREPARACIÓN *40 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *25-30 minutos* **PARA** *10*

450 g de harina de fuerza blanca
1 cucharadita de sal
1 sobre (7 g) de levadura seca rápida
115 g de azúcar blanquilla
2 huevos grandes ligeramente batidos
unos 200 ml de leche templada
55 g de orejones de albaricoques picados
115 g de almendras blanqueadas finamente picadas
2 cucharaditas de canela molida
55 g de mantequilla derretida

1 Unte con mantequilla un molde de base desmontable de 23 cm de diámetro, provisto de una base en forma de tubo o anillo. Resérvelo. Tamice la harina y la sal en un cuenco y mezcle con la levadura y 25 g de azúcar. Practique un hueco en el centro y agregue los huevos y la leche suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Incorpore los albaricoques y 55 g de almendras sin dejar de amasar. Divida la masa en 10 porciones iguales y forme una bola con cada una de ellas.
3 Mezcle el resto del azúcar, las almendras y la canela. Pase cada bola por la mantequilla derretida y luego por la mezcla de almendras, cubriéndolas por completo. Coloque las bolas en el molde.
4 Rocíelas con el resto de la mantequilla derretida y esparza por encima el resto de la mezcla de frutas secas, si quedara algo. Tape y deje reposar en un lugar caliente hasta que la masa alcance el borde del molde.
5 Mientras, caliente el horno a 200 °C. Hornee el anillo de 25 a 30 minutos, o hasta que esté hinchado y dorado. Déjelo enfriar en el molde unos pocos minutos y luego colóquelo en una rejilla y déjelo secar por completo. Sírvalo caliente o frío.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Utilice las cantidades indicadas en la receta principal, pero rectifique los siguientes ingredientes: 200 ml de leche. Utilice 25 g de azúcar blanquilla en la masa; agregue el resto tal y como se indica en el paso 3 de la receta principal. Incorpore los ingredientes en la máquina en el orden especificado en el libro de instrucciones. Utilice la opción para masa básica de pasas o similar (o el mando para masa) y añada los albaricoques y 55 g de almendras cuando la máquina emita un pitido (o añada los ingredientes extra 5 minutos antes de finalizar el ciclo de amasado); luego aplaste la masa y continúe a partir del paso 2 de la receta principal.*

104 Pan de chocolate y avellanas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30-35 minutos*
PARA *1 pan (para 8 raciones)*

225 g de harina de fuerza blanca
1 cucharada de cacao en polvo
½ cucharadita de sal
25 g de mantequilla a dados
1 ½ cucharaditas de levadura seca rápida
25 g de azúcar blanquilla
55 g de avellanas molidas
85 g de pepitas de chocolate negro
1 huevo grande ligeramente batido
unos 100 ml de leche templada

1 Unte con mantequilla un molde de 900 g para pan y resérvelo. Tamice la harina, el cacao en polvo y la sal en un cuenco grande y amase con la mantequilla. Incorpore, sin dejar de remover, la levadura, el azúcar, las avellanas y las pepitas de chocolate. Practique un hueco en el centro y agregue el huevo y la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una figura ovoidal con la masa e introdúzcala en el molde sin dejar de presionar. Tape y deje levar hasta que haya doblado su tamaño.
3 Mientras, caliente el horno a 200 °C. Hornee el pan de 30 a 35 minutos o hasta que esté ligeramente dorado y al golpear su base suene hueca. Colóquelo en una rejilla metálica. Antes de servir, córtelo en rebanadas.

VARIANTE *Utilice leche o pepitas de chocolate blanco en vez de negro.*

105 Trenza de frutas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *30 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30 minutos* **PARA** *6-8*

225 g de harina de fuerza blanca
½ cucharadita de sal
55 g de mantequilla a dados
1 sobre (7 g) de levadura seca fácil de mezclar
55 g de azúcar blanquilla
1 huevo grande ligeramente batido
unos 100 ml de leche templada
115 g de pasas
55 g de azúcar demerara (o moreno)
1 cucharadita de canela molida
1 manzana para cocer pelada, sin corazón y rallada
115 g de azúcar lustre tamizado
3-4 cucharaditas de zumo de limón

1 Unte con mantequilla una placa de hornear y resérvela. Tamice la harina y la sal en un cuenco grande y amase ligeramente con la mantequilla. Incorpore, sin dejar de remover, la levadura y el azúcar blanquilla. Practique un hueco en el centro y agregue el huevo y la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una bola, colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y extiéndala con el rodillo formando un rectángulo de 30 x 20 cm. Mezcle las pasas, el azúcar demerara, la canela y la manzana rallada y extienda uniformemente a lo largo del tercio central de la masa (6 cm de ancho).
4 Realice cortes en diagonal a intervalos de 2,5 cm en los lados largos de la masa hasta llegar al relleno. Doble las tiras de masa sin relleno sobre éste presionando ligeramente para sellarlo. Oculte los extremos de pasta superior e inferior de la trenza por debajo. Coloque la trenza sobre la placa de hornear, tape y deje levar en un lugar caliente durante 30 minutos.
5 Mientras, caliente el horno a 130 °C. Hornee la trenza unos 30 minutos, o hasta que esté hinchada y dorada. Cúbrala holgadamente con papel de aluminio al finalizar la cocción si se dorara demasiado. Colóquela en una rejilla para que se enfríe.
6 Mezcle el azúcar lustre con un poco de zumo de limón para obtener un glaseado liso y espeso. Extienda el glaseado de limón sobre la trenza caliente y sírvala caliente o fría cortada en porciones.

VARIANTES *Utilice sultanas en vez de pasas. Emplee mezcla de especias en lugar de la canela. Ponga azúcar moreno blando en vez del demerara.*

106 Trenza danesa de manzanas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *35 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *25-30 minutos* **PARA** *8*

225 g de harina de fuerza blanca
½ cucharadita de sal
25 g de mantequilla a dados
1 ½ cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
55 g de azúcar blanquilla
1 huevo grande ligeramente batido
140 g de mazapán preparado o pasta con almendras ralladas a grandes trozos
unos 100 ml de leche templada
1 manzana grande o 2 pequeñas peladas, sin corazón y en rodajas finas
1 cucharadita de canela molida
huevo batido para glasear
85 g de azúcar lustre tamizado
15 g de almendras tostadas fileteadas o pistachos picados para decorar

1 Unte con mantequilla una placa de hornear y resérvela. Tamice la harina y la sal en un cuenco grande y amase con la mantequilla. Mezcle con la levadura y 25 g de azúcar blanquilla. Practique un hueco en el centro y agregue el huevo y la cantidad de leche suficiente para obtener una textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una bola, colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite y déjela levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.

3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y extiéndala con el rodillo formando un rectángulo de 30 x 20 cm. Coloque el mazapán en el tercio central del rectángulo (a lo largo) de pasta (dándole unos 6 cm de ancho). Mezcle las rodajas de manzana con el resto del azúcar blanquilla y la canela y vierta esta preparación sobre el mazapán.

4 Realice unos cortes en diagonal en los lados largos de la masa a intervalos de 2,5 cm. Trence las tiras de masa sobre el relleno, presionando ligeramente para sellarlo. Oculte los extremos en la parte superior e inferior de la trenza para sellarla. Coloque la trenza sobre la placa de hornear, tápela y déjela levar de nuevo hasta que haya doblado su tamaño.

5 Caliente el horno a 200 °C. Pinte la trenza con el huevo batido y hornéela de 25 a 30 minutos o hasta que esté hinchada y dorada. Colóquela en una rejilla para que se enfríe.

6 Mezcle el azúcar lustre con un poco de agua para obtener un glaseado fino. Distribuya el glaseado sobre la trenza caliente y esparza las almendras o los pistachos por encima. Sirva caliente o fría.

107 Espiral de canela y pasas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *30 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *25-30 minutos*
PARA *1 pan (para 10-12 raciones)*

250 g de mezcla para pan blanco (comercial)
25 g de azúcar blanquilla
1 huevo ligeramente batido
unos 125 ml de agua templada
55 g de azúcar moreno blando
4 cucharadas de canela molida
la cáscara de 1 naranja finamente rallada
115 g de pasas
15 g de mantequilla derretida

1 Unte con mantequilla un molde de 900 g para pan y resérvelo. Mezcle la preparación para pan con el azúcar blanquilla en un cuenco grande. Añada el huevo y el agua templada necesaria para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Extiéndala con el rodillo hasta obtener un rectángulo de 30 x 20 cm. Mezcle el azúcar moreno, la canela, la cáscara de naranja y las pasas.

3 Pinte la masa con mantequilla derretida hasta llegar a 1 cm de los bordes. Esparza la mezcla de pasas homogéneamente sobre la masa pintada con mantequilla y, a continuación, enróllela de forma apretada empezando por un extremo corto como si prepara un brazo de gitano. Rectifique la forma si fuese necesario y coloque en el molde. Tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.

4 Mientras, caliente el horno a 200 °C. Hornee el pan de 25 a 30 minutos, o hasta que esté dorado. Colóquelo en una rejilla metálica para que se enfríe. Córtelo en porciones y acompañe con mantequilla, miel o jarabe de arce.

108 Rollo de pacanas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *35 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30-40 minutos*
PARA *1 pan (para 10-12 raciones)*

450 g de harina de fuerza blanca
1 cucharadita de sal
1 sobre (7 g) de levadura seca fácil de mezclar
175 g de azúcar blanquilla
100 g de mantequilla derretida
unos 175 ml de leche templada
115 g de pacanas molidas o finamente picadas
55 g migas de bizcocho
1 huevo grande ligeramente batido
½ cucharadita de canela molida
85 g de azúcar lustre
pacanas para decorar

1 Unte con mantequilla un molde de 900 g para pan y resérvelo. Tamice la harina y la sal en un cuenco grande, y mezcle con la levadura y 85 g de azúcar blanquilla. Practique un hueco en el centro y agregue 85 g de mantequilla derretida y la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una bola, colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.

3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y extiéndala con el rodillo hasta obtener un rectángulo de unos 30 x 20 cm. Mezcle el resto del azúcar blanquilla, las pacanas, las migas y el huevo en un cuenco y extienda esta preparación sobre la masa.

4 Enrolle la masa hacia el centro a partir de los extremos cortos para obtener una especie de rollo. Colóquelo en el molde con la parte enrollada hacia arriba; modifique ligeramente la forma para que quepa en el molde. Tape y deje levar de nuevo unos 30 minutos, o hasta que haya alcanzado el borde del molde.

5 Mientras, caliente el horno a 200 °C. Hornee el rollo de 30 a 40 minutos o hasta que esté hinchado y dorado. Colóquelo invertido sobre una rejilla metálica para que la forma enrollada quede hacia arriba. Pinte todo el pan con la mantequilla derretida, espolvoréelo con la canela y déjelo enfriar.

6 Mezcle el azúcar lustre con 2-3 cucharaditas de agua para obtener un glaseado fino. Repártalo sobre el rollo, decore con las pacanas y sirva cuando haya cuajado. Sirva el rollo cortado en rebanadas.

109 Anillo de manzana y «mincemeat»

TIEMPO DE PREPARACIÓN *35 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *20-25 minutos* **PARA** *8*

225 g de mezcla para pan blanco
25 g de mantequilla a dados
25 g de azúcar blanquilla
1 huevo grande ligeramente batido
unos 100 ml de leche templada
225 g de *mincemeat* (preparación comercial a base de frutas frescas y confitadas, brandy y jerez)
1 manzana pequeña para cocinar (unos 125 g), pelada, sin corazón y finamente picada
1 cucharadita de mezcla de especias molidas
azúcar lustre tamizado para decorar

1 Unte con mantequilla una placa de hornear y resérvela. Coloque la mezcla de pan en un cuenco grande y amase ligeramente con la mantequilla. Mezcle con el azúcar blanquilla y agregue el huevo y la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Extiéndala con el rodillo hasta formar un rectángulo de 35 x 20 cm. Mezcle el *mincemeat*, la manzana picada y las especias y extienda esta preparación de forma homogénea sobre la masa, dejando un borde de 1 cm alrededor de los extremos.
3 Empezando por un lado largo, enrolle la masa bien apretada como si se tratara de un brazo de gitano. Asegúrese de que la juntura queda debajo y luego forme un círculo con la masa. Pinte los extremos con un poco de agua y presiónelos para sellarlos. Coloque el anillo sobre la placa.
4 Con la ayuda de un cuchillo afilado, corte la masa a intervalos de 4 cm a dos tercios de su altura. Lleve hacia atrás las aberturas de forma que se solapen ligeramente unas con otras. Cubra con un trapo y deje levar en un lugar caliente durante 1 hora o hasta que haya doblado su tamaño.
5 Mientras, caliente el horno a 200 °C. Hornee el pan de 20 a 25 minutos o hasta que esté bien hinchado y dorado. Colóquelo en una rejilla metálica para que se temple. Espolvoréelo con azúcar lustre tamizado y sírvalo caliente o frío cortado en rebanadas.

110 Pan de azafrán de Cornualles

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más la infusión y el levado*
TIEMPO DE COCCIÓN *25-30 minutos* **PARA** *2 panes (cada uno para 8-10 raciones)*

unos 250 ml de leche
1 cucharadita de hebras de azafrán
450 g de harina de fuerza blanca
½ cucharadita de sal
2 cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
55 g de azúcar blanquilla
1 cucharadita de mezcla de especias
55 g de mantequilla ablandada
55 g de sultanas
55 g de pasas
1-2 cucharadas de miel clara

1 Unte con mantequilla dos moldes de 900 g para pan y resérvelos. Caliente 100 ml de leche en un cazo hasta que alcance el punto de ebullición. Introduzca las hebras de azafrán en un cuenco refractario, vierta encima la leche y remueva suavemente. Deje en infusión 30 minutos.
2 Caliente el resto de la leche en el cazo hasta que esté tibia y resérvela. Tamice la harina y la sal en un cuenco grande, mezcle con la levadura, el azúcar y la mezcla de especias. Practique un hueco en el centro, agregue la mantequilla, la infusión de azafrán colada y la cantidad de leche templada suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.
3 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Amase a continuación con las sultanas y las pasas para distribuirlas homogéneamente. Forme una bola con la masa, introdúzcala en un cuenco ligeramente untado con aceite y déjela levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
4 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina, divídala por la mitad y realice 2 formas ovoidales. Introdúzcalas en los moldes, tape y deje levar de nuevo hasta que la masa alcance el borde de los moldes.
5 Mientras, caliente el horno a 200 °C. Hornee los panes de 25 a 30 minutos o hasta que estén hinchados y dorados. Retírelos del horno y pinte la superficie con miel mientras todavía estén calientes. Déjelos templar ligeramente en el molde. Sírvalos calientes o fríos cortados en rebanadas.

111 Anillo de bolas de limón glaseadas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *35 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *25-30 minutos* **PARA** *12*

500 g de mezcla para pan blanco (comercial)
55 g de azúcar blanquilla
la cáscara rallada y el zumo de 1 limón
2 huevos grandes ligeramente batidos
unos 250 ml de leche templada
115 g de sultanas
175 g de azúcar lustre tamizado

1 Unte con mantequilla un molde de base desmontable de 23 cm cuya base tenga forma de tubo o anillo. Resérvelo. Introduzca la mezcla para pan en un cuenco y remueva con el azúcar blanquilla y la cáscara de limón. Practique un hueco en el centro y agregue los huevos y la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Amase las sultanas con la pasta. Divida la masa en 12 porciones iguales y forme bolas. Coloque las bolas en el molde, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que la masa alcance el borde del mismo.

3 Mientras, caliente el horno a 200 °C. Hornee el anillo de 25 a 30 minutos, o hasta que se haya hinchado y dorado. Déjelo enfriar en el molde unos minutos, luego colóquelo en una rejilla y déjelo enfriar por completo.

4 Mezcle el azúcar lustre con el zumo de limón necesario para obtener un glaseado liso y espeso, que extenderá sobre la superficie del anillo antes de servirlo. Separe las bolas para servirlas.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Utilice las cantidades indicadas en la receta principal, pero rectifique los siguientes ingredientes: 240 ml de leche. Agregue los ingredientes en la máquina en el orden especificado en su libro de instrucciones. Utilice la opción para masa básica de pasas o similar (o emplee el mando para masa) y añada las sultanas cuando la máquina emita un pitido para añadir los ingredientes extra durante el ciclo de amasado; luego continúe a partir de la mitad del paso 2 de la receta principal (amase, divida y modele tal y como se indica).*

112 Bollos de Devonshire

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15 minutos* **PARA** *12*

350 g de harina de fuerza blanca
½ cucharadita de sal
40 g de mantequilla a dados
1 ½ cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
40 g de azúcar blanquilla
unos 200 ml de leche templada
confitura de fresas o frambuesas y crema batida para servir
azúcar lustre tamizado para espolvorear

1 Unte con mantequilla 2 placas para hornear y resérvelas. Tamice la harina y la sal en un cuenco grande, y amase ligeramente con la mantequilla. Mezcle con la levadura y el azúcar blanquilla. Practique un hueco en el centro, y agregue la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una bola y colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.

3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y divídala en 10 porciones iguales que deberá extender en forma de bola. Coloque las bolas de masa sobre las placas de hornear y aplástelas ligeramente. Tape y deje levar de nuevo hasta que doblen su tamaño.

4 Mientras, caliente el horno a 220 °C. Hornee los bollos unos 15 minutos o hasta que estén blandos y al golpear su base suenen hueco. Colóquelos en una rejilla para que se enfríen.

5 Abra los bollos y rellénelos con la confitura y la crema. Espolvoréelos con el azúcar lustre tamizado justo antes de servir.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Utilice las cantidades indicadas en la receta principal, pero modifique los siguientes ingredientes: 210 ml de leche y levadura seca rápida. Agregue los ingredientes en la máquina en el orden especificado en el libro de instrucciones; luego continúe a partir del paso 3 de la receta.*

113 Bollos de fruta

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15-20 minutos*
PARA *16-18 bollos*

500 g de mezcla para pan blanco (comercial)
1 ½ cucharaditas de mezcla de especias molidas
55 g de mantequilla a dados
25 g de azúcar blanquilla
115 g de sultanas
1 huevo grande ligeramente batido
unos 250 ml de leche templada
2 cucharadas de miel clara para glasear

1 Unte con mantequilla dos placas para hornear y resérvelas. En un cuenco, mezcle la preparación para el pan con las especias y amase con la mantequilla. Mezcle con el azúcar y las sultanas y agregue el huevo y la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Divídala en 16-18 piezas iguales. Forme bolas y colóquelas en las placas. Aplánelas ligeramente. Deje levar en un lugar caliente hasta que hayan doblado su tamaño.
3 Mientras, caliente el horno a 190 °C. Hornee los bollos de 15 a 20 minutos o hasta que estén dorados. Retírelos del horno y píntelos dos veces con la miel mientras todavía estén calientes. Colóquelos en una rejilla para que se templen. Sírvalos calientes o fríos.

VARIANTE *Utilice arándanos secos u orejones de albaricoques en vez de las sultanas.*

114 Bollos de la cruz

TIEMPO DE PREPARACIÓN *35 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15-20 minutos*
PARA *12-14 bollos*

450 g de harina de fuerza blanca
1 cucharadita de sal
1 cucharadita de mezcla de especias molidas
1 cucharadita de canela molida
1 cucharadita de nuez moscada rallada
1 ½ cucharadita de levadura seca fácil de mezclar
55 g de mantequilla a dados
la cáscara finamente rallada de 1 limón
25 g de azúcar blanquilla
85 g de sultanas
25 g de pieles de frutas confitadas variadas picadas
1 huevo grande ligeramente batido
unos 250 ml de leche templada
85 g de pasta quebrada comercial
55 g de azúcar granulado

1 Unte con mantequilla dos placas para hornear y resérvelas. Tamice la harina, la sal y las especias en un cuenco grande y amase con la mantequilla. Mezcle con la levadura, la cáscara de limón, el azúcar blanquilla, las sultanas y la fruta confitada.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y divídala en 12 o 14 porciones iguales. Amase cada una para darle forma de bola y colóquelas sobre las placas. Aplaste ligeramente cada bola. Extienda la pasta quebrada sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina y córtela en tiras finas. Pinte los bollos con un poco de agua y cubra cada uno con dos tiras de pasta en forma de cruz. Tape y deje levar de nuevo 30 minutos, o hasta que hayan doblado su tamaño.
3 Mientras, caliente el horno a 190 °C. Hornee los bollos de 15 a 20 minutos o hasta que estén dorados. Colóquelos en una rejilla metálica.
4 Mientras, prepare el glaseado. Coloque el azúcar granulado en un cazo con 3 cucharadas de agua. Caliente a fuego lento, sin dejar de remover, hasta que el azúcar se haya disuelto; luego lleve a ebullición y hierva rápidamente 2 minutos. Tan pronto como los bollos salgan del horno, píntelos dos veces con el glaseado de azúcar. Déjelos templar y sírvalos calientes o fríos.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Utilice las cantidades indicadas en la receta principal, pero, rectifique los siguientes ingredientes: 250 ml de leche y levadura seca rápida. Agregue los ingredientes en la máquina en el orden indicado en el libro de instrucciones. Utilice la opción para masa básica de pasas o similar (o utilice la opción para masa) y agregue la cáscara de limón, las sultanas y las frutas confitadas cuando la máquina empiece a emitir un pitido para añadir los ingredientes extra durante el ciclo de amasado (o añada los ingredientes extra 5 minutos antes de finalizar el ciclo de amasado) y continúe a partir del paso 3 de la receta.*

115 Bollos de Chelsea

TIEMPO DE PREPARACIÓN *30 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30 minutos*
PARA *12 bollos*

225 g de harina de fuerza blanca
½ cucharadita de sal
55 g de mantequilla a dados
1 ½ cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
25 g de azúcar blanquilla
1 huevo grande ligeramente batido
unos 100 ml de leche templada
85 g de pasas y pasas de Corinto
55 g de sultanas
55 g de azúcar moreno blando
1 ½ cucharaditas de canela molida
2 cucharadas de miel clara para glasear

1. Unte con mantequilla un molde cuadrado de 18 cm de lado y resérvelo. Tamice la harina y la sal en un cuenco y amase con 25 g de mantequilla. Mezcle con la levadura y el azúcar blanquilla. Practique un hueco en el centro y agregue el huevo y la leche.
2. Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea. Forme una bola, colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
3. Amase la pasta sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y extiéndala con el rodillo formando un rectángulo de 30 x 23 cm. Derrita el resto de la mantequilla y pinte la masa.
4. Mezcle las frutas secas, el azúcar moreno y la canela y esparza sobre la masa.
5. Siga los pasos 4 y 5 de la receta de los bollos de Chelsea de albaricoque (*véase* pág. 92).
6. Retírelos del horno y píntelos dos veces con la miel mientras todavía están calientes. Déjelos enfriar.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Utilice las cantidades de la receta principal, pero modifique los siguientes ingredientes: 100 ml de leche y 1 cucharadita de levadura seca rápida. Utilice 25 g de mantequilla en la masa y el resto tal y como se indica en el paso 3 de la receta principal.*

116 Bollos de Chelsea de albaricoque

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *25-30 minutos*
PARA *12 bollos*

225 g de mezcla para pan blanco
25 g de azúcar blanquilla
1 huevo grande ligeramente batido
unos 100 ml de leche templada
25 g de mantequilla derretida
55 g de azúcar moreno blando
115 g de orejones de albaricoques picados
la cáscara rallada de 1 naranja pequeña
1 cucharadita de mezcla de especias molidas
55 g de azúcar granulado

1 Unte con mantequilla un molde cuadrado de 18 cm de lado y resérvelo. Mezcle la preparación para pan con el azúcar blanquilla en un cuenco grande y agregue el huevo y la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Extiéndala formando un rectángulo de 30 x 23 cm. Píntelo con la mantequilla derretida.
3 Mezcle los albaricoques, el azúcar moreno, la cáscara de naranja y la mezcla de especias y esparza uniformemente sobre la masa, dejando libre unos 2,5 cm alrededor de los bordes.
4 Empezando por un lado alargado, enrolle la masa bastante apretada como si se tratara de un brazo de gitano. Córtela en 12 porciones iguales y coloque estos rollos en el molde con el lado cortado hacia arriba. Tape y deje levar en un lugar caliente hasta que hayan doblado su tamaño.
5 Mientras, caliente el horno a 190 °C. Hornee los bollos de 25 a 30 minutos.
6 Mezcle en un cazo el azúcar granulado con 4 cucharadas de agua. Caliente a fuego lento hasta que el azúcar se haya disuelto sin dejar de remover; lleve a ebullición y hierva a fuego fuerte 1-2 minutos sin parar de remover para obtener una textura almibarada. Pinte con el almíbar caliente sobre los bollos también calientes. Déjelos enfriar.

117 Bollos de Bath

TIEMPO DE PREPARACIÓN *30 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *20 minutos*
PARA *unos 16 bollos*

500 g de harina de fuerza blanca
1 cucharadita de sal
1 sobre (7 g) de levadura seca fácil de mezclar
55 g de azúcar blanquilla
175 g de sultanas
55 g de frutas confitadas picadas
55 g de mantequilla derretida
2 huevos ligeramente batidos
unos 150 ml de leche templada
huevo batido para glasear
25 g de terrones de azúcar picados

1 Unte con mantequilla dos placas de hornear y resérvelas. Tamice la harina y la sal en un cuenco y mezcle con la levadura, el azúcar blanquilla, las sultanas y las frutas confitadas. Practique un hueco en el centro, agregue la mantequilla derretida, los huevos y la leche para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una bola, colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina y divídala en 16 porciones iguales. Amáselas dándoles forma de bola y colóquelas sobre las placas de hornear. Aplaste cada bola ligeramente. Cubra con un trapo y deje levar de nuevo unos 30 minutos.
4 Mientras, caliente el horno a 190 °C. Pinte las superficies de los bollos con huevo batido y luego esparza por encima los terrones de azúcar. Hornee los bollos unos 20 minutos o hasta que estén hinchados y dorados. Colóquelos en una rejilla metálica para que se templen y sírvalos calientes o fríos, al natural o partidos y untados con mantequilla.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Utilice las cantidades indicadas en la receta principal, pero modifique los siguientes ingredientes: 150 ml de leche y 2 cucharaditas de levadura seca rápida. Agregue los ingredientes en la máquina en el orden indicado en su libro de instrucciones. Utilice la opción para masa de pasas básica y añada las sultanas y las frutas cuando la máquina emita un pitido para añadir los ingredientes extra durante el ciclo de amasado.*

118 «Croissants»

TIEMPO DE PREPARACIÓN *45 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15-20 minutos*
PARA *12 croissants*

500 g de harina de fuerza blanca
½ cucharadita de sal
280 g de mantequilla
25 g de azúcar blanquilla
1 sobre (7 g) de levadura seca fácil de mezclar
unos 300 ml de leche templada
huevo batido para glasear

1 Unte con mantequilla dos placas para hornear y resérvelas. Tamice la harina y la sal en un cuenco y amase con 55 g de mantequilla. Mezcle con la levadura y el azúcar. Practique un hueco en el centro y agregue la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina y amase durante 3 o 4 minutos. Forme una bola, introdúzcala en un cuenco untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que doble su tamaño.
3 Aplaste la sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y extiéndala hasta formar un rectángulo de unos 35 x 18 cm. Aplaste el resto de la mantequilla hasta formar un bloque de unos 2 cm de grosor. Con el lado corto del rectángulo de masa más cercano a usted, coloque la mantequilla sobre la masa de forma que cubra dos tercios del rectángulo. Doble el tercio inferior de la masa sobre el tercio central; luego doble el tercio de masa con mantequilla sobre la superficie del tercio central para obtener una especie de paquete. Selle los extremos con un rodillo.
4 Dé un cuarto de vuelta a la masa de forma que el lado doblado quede a la izquierda. Extiéndala en forma de rectángulo, luego doble el tercio inferior hacia arriba y el tercio superior hacia abajo y selle los extremos como antes. Envuelva la masa en papel sulfurizado y enfríela en la nevera 20 minutos. Repita el extendido, doblado y enfriado dos veces más. Doble la masa un ángulo de 90 º cada vez.
5 Extienda la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina para formar un rectángulo de 53 x 35 cm y córtelo en 12 triángulos iguales. Extienda cada triángulo en forma de salchicha, empezando por el lado alargado y acabando con la punta del triángulo. Doble hacia adentro los extremos de cada *croissant* para darles formas de media luna. Colóquelos sobre las placas de hornear. Tape y deje levar de nuevo unos 30 minutos, o hasta que casi hayan doblado su tamaño.
6 Caliente el horno a 220 ºC. Pinte los croissants con huevo batido y hornéelos de 15 a 20 minutos o hasta que estén dorados y crujientes. Sírvalos calientes.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Utilice las cantidades indicadas en la receta, pero rectifique los ingredientes: 300 ml de leche, 1 cucharadita de sal y levadura seca rápida. Emplee 55 g de mantequilla en la masa y la restante según se indica en el paso 3. Utilice la opción para masa, y continúe a partir del paso 3.*

119 «Pains au chocolat»

TIEMPO DE PREPARACIÓN *45 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15-20 minutos*
PARA *12 panecillos*

Los mismos ingredientes que para los croissant, además de:
175 g de chocolate negro o con leche finamente picado

1 Siga los pasos 1, 2 y 3 de los croissants.
2 Extienda la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina, forme un rectángulo de 53 x 35 cm y córtelo en 12 rectángulos iguales. Coloque 15 g de chocolate picado en cada extremo del rectángulo. Extienda cada rectángulo hasta obtener unas formas cilíndricas planas, que ocultarán el chocolate. Coloque el lado de la juntura sobre las placas. Tape y deje levar de nuevo unos 30 minutos, o hasta que casi hayan doblado su tamaño.
3 Caliente el horno a 200 ºC. Pinte ligeramente las pastas con huevo batido, y hornee de 15 a 20 minutos o hasta que estén doradas y crujientes. Sírvalas calientes.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Utilice las cantidades indicadas en la receta principal, pero rectifique los siguientes ingredientes: 300 ml de leche, 1 cucharadita de sal y levadura seca rápida. Utilice 55 g de mantequilla en la masa y el resto tal y como se indica en el paso 3 de la receta de los* croissants. *Añada los ingredientes a la masa en el orden indicado en su libro de instrucciones. Utilice la opción para masa; luego continúe a partir del paso 3 de la receta de los* croissants.

120 Pastas danesas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *50 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15-20 minutos*
PARA *16 pastas*

500 g de harina de fuerza blanca
½ cucharadita de sal
350 g de mantequilla
2 cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
55 g de azúcar blanquilla
2 huevos grandes ligeramente batidos
unos 200 ml de leche templada
175 g de pasta de almendras o mazapán
16 mitades de albaricoque
huevo batido para glasear
175 g de azúcar lustre tamizado

1 Unte con mantequilla dos placas para hornear y resérvelas. Tamice la harina y la sal en un cuenco y amase con 55 g de mantequilla. Mezcle la levadura y el azúcar lustre. Incorpore, sin dejar de amasar, los huevos y la cantidad de leche suficiente para obtener una textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea. Forme una bola y deje levar en un lugar caliente hasta que doble su tamaño.

3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y extiéndala con el rodillo hasta obtener un rectángulo de unos 35 x 20 cm. Con el lado corto del rectángulo más cercano a usted, cubra dos tercios de la masa con la mitad del resto de la mantequilla. Doble el tercio inferior de la masa sobre el tercio central y luego doble el tercio superior hacia abajo, sobre la superficie del tercio central, para obtener un paquete. Selle los extremos.

4 Dé un cuarto de vuelta a la masa de forma que el lado doblado quede a la izquierda. Extienda el rectángulo. Cubra con el resto de la mantequilla, envuelva en papel sulfurizado y enfríe en la nevera 15 minutos. Extienda y doble la masa dos veces más, dándole un cuarto de vuelta cada vez.

5 Divida la masa en 4 porciones iguales; luego extienda cada una sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina para formar un cuadrado de 20 cm. Corte cada cuadrado en cuartos. Coloque un círculo de pasta de almendras en el centro de cada uno y doble dos extremos opuestos de cada cuadrado hacia el centro y presione para sellarlos. Cubra el centro de cada uno con una mitad de albaricoque, con la cara cortada hacia abajo. Coloque sobre las placas de hornear, tape y deje levar.

6 Caliente el horno a 220 °C. Pinte ligeramente las pastas con huevo batido y hornee de 15 a 20 minutos.

7 Mezcle el azúcar lustre con 3-4 cucharadas de agua para obtener un glaseado fino, que extenderá en horma de hilos sobre las pastas mientras todavía estén calientes.

121 Espirales de canela

TIEMPO DE PREPARACIÓN *35 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *20 minutos*
PARA *10 espirales*

500 g de harina de fuerza blanca
½ cucharadita de sal
1 sobre (7 g) de levadura seca rápida
175 g de azúcar blanquilla
1 huevo grande ligeramente batido
25 g de mantequilla derretida
unos 250 ml de leche templada y un poco más para glasear
115 g de pasas
4-5 cucharaditas de canela molida
115 g de azúcar lustre tamizado

1 Unte con mantequilla 2 placas para hornear y resérvelas. Tamice la harina y la sal en un cuenco grande y mezcle con la levadura y 115 g de azúcar blanquilla. Practique un hueco en el centro y agregue el huevo, la mitad de la mantequilla derretida y la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Amase las pasas y 2 cucharaditas de canela con la masa. Extiéndala con el rodillo para conseguir un tamaño de 30 x 23 cm. Pinte la masa con el resto de la mantequilla derretida.
3 Mezcle el resto del azúcar blanquilla y la canela y espárzalos homogéneamente sobre la masa, dejando un borde de 1 cm alrededor de los extremos. Empezando por un lado largo, enrolle la masa de forma apretada como si se tratara de un brazo de gitano. Córtela en 10 rebanadas iguales y coloque estas espirales sobre las placas con el lado cortado hacia arriba. Tape y deje levar en un lugar caliente hasta que hayan doblado su tamaño.
4 Mientras, caliente el horno a 190 °C. Hornee los espirales unos 20 minutos, o hasta que estén levados y ligeramente dorados. Colóquelos en una rejilla metálica para que se enfríen.
5 Mientras, mezcle el azúcar lustre con 3 o 4 cucharaditas de agua para obtener un glaseado fino. Tan pronto como saque los espirales del horno, píntelos con el glaseado.

VARIANTE *Utilice orejones de albaricoques o peras en vez de pasas.*

122 Molinillos de sultanas y especias

TIEMPO DE PREPARACIÓN *30 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *20-25 minutos*
PARA *10 pastas*

400 g de harina de fuerza blanca
½ cucharadita de sal
1 sobre (7 g) de levadura seca fácil de mezclar
25 g de azúcar blanquilla
1 huevo grande ligeramente batido
40 g de mantequilla derretida
unos 200 ml de leche templada
55 g de azúcar moreno blando
115 g de sultanas
55 g de pasas de Corinto
1 cucharadita de mezcla de especias secas
azúcar lustre tamizado para espolvorear

1 Unte con mantequilla dos placas para hornear y resérvelas. Tamice la harina y la sal en un cuenco y mezcle con la levadura y el azúcar blanquilla. Practique un hueco en el centro de los ingredientes secos y añada el huevo, 25 g de mantequilla derretida y la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una bola, colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y extiéndala para formar un rectángulo de 40 x 20 cm. Mezcle el azúcar moreno blando, las sultanas, las pasas de Corinto y la mezcla de especias. Pinte la masa con el resto de la mantequilla derretida y esparza por encima de forma homogénea la mezcla de pasas, dejando un borde de 1 cm alrededor de los extremos.
4 Empezando por un extremo alargado, enrolle la masa bien apretada como si se tratara de un brazo de gitano. Córtela en 10 rebanadas iguales de 4 cm de grosor y colóquelas con el corte hacia arriba sobre las placas. Tape y deje levar de nuevo de 30 a 45 minutos o hasta que hayan doblado su tamaño.
5 Mientras, caliente el horno a 190 °C. Hornee los molinillos de 20 a 25 minutos o hasta que estén hinchados y ligeramente dorados. Colóquelos en una rejilla metálica para que se enfríen.

123 Caracolas de frutas festivas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *35 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *20-25 minutos*
PARA *unas 12 caracolas*

500 g de mezcla para pan blanco (comercial)
55 g de azúcar blanquilla
1 huevo ligeramente batido
25 g de mantequilla derretida
unos 225 ml de leche templada
175 g de *mincemeat* (mezcla comercial de frutas secas y confitadas, brandy y jerez)
55 g de orejones de albaricoques finamente picados
huevo batido para glasear
2-3 cucharadas de confitura de albaricoque

1 Unte con mantequilla dos placas de hornear y resérvelas. Introduzca la mezcla de pan en un cuenco y mezcle con el azúcar. Practique un hueco en el centro y agregue el huevo, la mantequilla derretida y la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.
2 Vierta la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Divídala en 12 porciones iguales. Extienda cada una en forma de salchicha de 20 cm de longitud y aplánelas. Mezcle el *mincemeat* y los orejones picados.
3 Extienda la mezcla anterior sobre las tiras de masa y luego enrolle y apriete cada una en forma de espiral o caracola. Coloque las espirales sobre las placas. Tape y deje levar en un lugar caliente hasta que hayan doblado su tamaño.
4 Mientras, caliente el horno a 190 °C. Pinte las caracolas con huevo batido y hornéelas a continuación de 20 a 25 minutos o hasta que se hayan hinchado y estén ligeramente doradas. Colóquelas en una rejilla metálica para que se enfríen.
5 Mezcle la confitura y 2-3 cucharaditas de agua en un cazo pequeño y caliente a fuego lento hasta que la confitura se haya derretido. Pinte las caracolas con el glaseado de albaricoque.

VARIANTE *Utilice cerezas deshidratadas en vez de los albaricoques.*

124 Espirales especiadas de arándanos

TIEMPO DE PREPARACIÓN *30 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *20-25 minutos*
PARA *10-12 espirales*

225 g de mezcla para pan blanco
85 g de azúcar blanquilla
1 huevo grande ligeramente batido
unos 100 ml de leche templada
15 g de mantequilla derretida
85 g de arándanos rojos secos
55 g de sultanas
la cáscara finamente rallada de 1 naranja pequeña
1 cucharadita de mezcla de especias secas
2 cucharadas de miel clara para glasear

1 Unte con mantequilla un molde cuadrado para pastel de 20 cm de lado y resérvelo. Mezcle la preparación para pan con 25 g de azúcar blanquilla en un cuenco grande y agregue el huevo y la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Extiéndala y forme un rectángulo de 25 x 20 cm. Píntelo con la mantequilla derretida. Mezcle el resto de azúcar, los arándanos, las sultanas, la cáscara de naranja y la mezcla de especias y esparza esta mezcla homogéneamente sobre la masa, dejando un borde de 1 cm alrededor de los extremos.
3 Empezando por un extremo largo, enrolle la masa muy apretada como si se tratara de un brazo de gitano. Córtelo en 10-12 rodajas iguales y colóquelas en el molde con el lado cortado hacia arriba. Tape y deje levar en un lugar caliente hasta que hayan doblado su tamaño.
4 Mientras, caliente el horno a 190 °C. Hornee de 20 a 25 minutos o hasta que los espirales estén hinchados y dorados.
5 Retire el molde del horno y pinte los espirales con la miel dos veces cuando todavía estén calientes. Déjelos enfriar ligeramente en el molde, colóquelos sobre una rejilla metálica y déjelos enfriar por completo. Sírvalos calientes o fríos.

VARIANTES *Utilice cerezas deshidratadas cortadas por la mitad, o arándanos azules en vez de rojos. Utilice cáscara de limón en vez de naranja.*

125 «Sally lunn»

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *25 minutos*
PARA *1 pan (para 8 raciones)*

350 g de harina de fuerza blanca
½ cucharadita de sal
1 ½ cucharadita de levadura seca rápida
15 g de azúcar blanquilla
la cáscara de ½ limón finamente rallada
1 huevo ligeramente batido
25 g de mantequilla derretida
unos 150 ml de leche templada y 1 cucharada para el glaseado
1 cucharada de azúcar granulado

1 Unte con mantequilla un molde redondo hondo de 20 cm de diámetro. Tamice la harina y la sal en un cuenco y mezcle con la levadura, el azúcar blanquilla y la cáscara de limón. Practique un hueco y agregue el huevo, la mantequilla derretida y el resto de la leche y amase.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una bola y colóquela en el molde. Cubra con un trapo y deje levar en un lugar caliente hasta que doble su tamaño.
3 Mientras, caliente el horno a 220 °C. Hornee el pan unos 25 minutos.
4 Caliente en un cazo a fuego lento la cucharada de leche restante y el azúcar granulado hasta que el azúcar se haya disuelto. Lleve a ebullición.
5 Retire el pan del horno y píntelo con el glaseado. Déjelo enfriar en el molde 10 minutos, colóquelo en una rejilla y déjelo enfriar por completo. Córtelo en 2 o 3 capas horizontales, extienda por encima crema batida o mantequilla y monte de nuevo antes de servir.

126 Pastel de manteca

TIEMPO DE PREPARACIÓN *30 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30 minutos*
PARA *1 pan (para 10-12 raciones)*

450 g de harina de fuerza blanca
1 cucharadita de sal
150 g de manteca
2 cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
25 g de azúcar blanquilla más 1 cucharada para glasear
unos 300 ml de agua templada
115 g de azúcar moreno blando
85 g de pasas
85 g de sultanas
55 g de frutas confitadas picadas
1 cucharadita de mezcla de especias secas
1 cucharada de agua hirviendo

1 Unte con mantequilla una fuente poco profunda para hornear de 25 x 20 cm y resérvela. Tamice la harina y la sal en un cuenco grande y amase con 15 g de manteca. Mezcle con la levadura y 25 g de azúcar. Practique un hueco en el centro y añada el agua suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea. Forme una bola, colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina, y extiéndala con el rodillo formando un rectángulo de 5 mm de grosor. Con el lado del rectángulo más cercano a usted, cubra los dos tercios superiores de la masa con un tercio de la manteca restante. Esparza por encima un tercio del azúcar, las frutas confitadas, las secas y la mezcla de especias. Doble el tercio inferior de masa sobre el tercio central y, posteriormente, el tercio superior sobre el tercio central. Selle los extremos con el rodillo. Dé a la masa un cuarto de vuelta para que el lado doblado quede a la izquierda.
4 Repita esta operación dos veces más con el resto de la manteca, el azúcar moreno, las frutas secas, las frutas confitadas y la mezcla de especias. Doble, selle y dé la vuelta como anteriormente. Extienda la masa. Cubra con un trapo y deje levar 1-1 ½ horas o hasta que casi haya doblado su tamaño.
5 Caliente el horno a 200 °C. Entalle la superficie de la masa formando rallas entrecruzadas y hornee 30 minutos o hasta que esté hinchada y dorada.
6 Disuelva la cucharada de azúcar blanquilla restante en el agua caliente, y pinte el pastel caliente con este glaseado. Déjelo enfriar en el molde y sírvalo cortado en porciones o en cuadrados.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Utilice las cantidades indicadas en la receta, pero rectifique los siguientes ingredientes: 300 ml de agua y 1 ½ cucharaditas de levadura seca rápida. Utilice 15 g de manteca en la masa y el resto tal y como se ha indicado. Utilice la opción para masa y luego continúe a partir del paso 3.*

127 Donuts

TIEMPO DE PREPARACIÓN *35 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *25 minutos* **PARA** *16*

500 g de harina de fuerza blanca
½ cucharadita de sal
25 g de mantequilla a dados
2 cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
175 g de azúcar blanquilla
2 huevos grandes ligeramente batidos
unos 175 ml de leche templada
115 g de confitura de fresas o frambuesas
aceite de girasol para freír
1 ½ cucharaditas de canela molida

1 Unte con aceite dos placas para hornear y resérvelas. Tamice la harina y la sal en un cuenco grande y, posteriormente, amase ligeramente con la harina. Mezcle la levadura y 85 g de azúcar. Practique un hueco en el centro y mezcle con los huevos y la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea. Forme una bola, colóquela en un cuenco untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente.
3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y divídala en 16 partes iguales. Forme bolas y aplánelas formando un disco de 1 cm de grosor.
4 Introduzca 1 cucharadita colmada de confitura en el centro de cada trozo de masa, levante hacia arriba los extremos de la masa de forma que encierren la confitura, luego pince los bordes firmemente para sellar el relleno y enrolle la masa para obtener una bola. Coloque los donuts sobre las placas, tápelos y déjelos levar de nuevo unos 30 minutos o hasta que casi hayan doblado su tamaño.
5 Caliente aceite en una freidora a 170 °C y fría los donuts por tandas en el aceite caliente unos 6 minutos o hasta que estén dorados.
6 Retire los donuts del aceite con una espumadera y escúrralos sobre papel de cocina.
7 Mezcle el resto del azúcar y la canela en un cuenco y pase los donuts por encima para recubrirlos.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Utilice las cantidades de la receta, pero modifique los siguientes ingredientes: 175 ml de leche, 1 cucharadita de sal y 1 ½ cucharadita de levadura seca rápida. Utilice 85 g de azúcar blanquilla en la masa y el resto tal y como se indica en el paso 7 de la receta principal. Utilice la opción para masa y continúe a partir del paso 3 de la receta principal.*

128 Pastas para el té

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *20-25 minutos* **PARA** *8*

450 g de harina de fuerza blanca
1 cucharadita de sal
25 g de mantequilla a dados
25 g de azúcar blanquilla
1 ½ cucharadita de levadura seca fácil de mezclar
115 g de pasas
250 ml de leche templada para glasear

1 Unte con mantequilla dos placas para hornear y resérvelas. Tamice la harina y la sal en un cuenco grande y amase con la mantequilla. Mezcle con la levadura, el azúcar y las pasas. Practique un hueco y mezcle con la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea. Forme una bola, colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina y forme 8 porciones iguales. Extiéndalas y déles forma redonda. Pinche con un tenedor. Colóquelas sobre las placas, tape y deje levar unos 30 minutos o hasta que hayan doblado su tamaño.
4 Caliente el horno a 200 °C. Pinte los pasteles con un poco de leche, hornéelos de 20 a 25 minutos o hasta que estén hinchados y dorados. Colóquelos en una rejilla metálica para que se enfríen. Para servirlos, pártalos por la mitad, tuéstelos ligeramente y vierta por encima mantequilla o confitura.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Utilice las cantidades indicadas en la receta principal, pero rectifique los siguientes ingredientes: 300 ml de leche, 1 ¼ cucharaditas de sal y levadura seca rápida. Utilice la opción para masa básica de pasas o similar y añada las pasas cuando la máquina emita un pitido para añadir los ingredientes extra durante el ciclo de amasado, luego continúe a partir del paso 3.*

129 Dedos

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *20 minutos* **PARA** *12*

500 g de mezcla para pan blanco
55 g de mantequilla a dados
25 g de azúcar blanquilla
115 g de sultanas
55 g de frutas confitadas picadas
150 ml de leche templada
unos 150 ml de agua templada
huevo batido para glasear

1 Unte con mantequilla dos placas para hornear y resérvelas. Introduzca la mezcla de pan en un cuenco grande y amase ligeramente con la mantequilla. Mezcle con el azúcar, las sultanas y la mezcla de pasas y, posteriormente, añada la cantidad suficiente de leche y agua para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Divídala en 12 porciones iguales. Extiéndalas y forme rollos o dedos largos y colóquelos sobre las placas. Cubra con un trapo y deje levar en un lugar caliente hasta que hayan doblado su tamaño.

3 Mientras, caliente el horno a 190 °C. Pinte los pastelillos con huevo batido y hornéelos unos 20 minutos o hasta que estén dorados. Colóquelos en una rejilla para que se enfríen. Sírvalos partidos, ligeramente tostados y untados con mantequilla.

VARIANTE *Añada 1 o 2 cucharaditas de la mezcla de especias molidas a la mezcla para pan para potenciar su sabor. Utilice pasas de Corinto en vez de frutas confitadas.*

130 Palitos de frutas especiados

TIEMPO DE PREPARACIÓN *35 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *20 minutos* **PARA** *12*

225 g de harina de fuerza blanca
½ cucharadita de sal
25 g de mantequilla a dados
1 ½ cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
85 g de peras deshidratadas, finamente picadas
25 g de azúcar blanquilla
55 g de piña deshidratada finamente picada
1 ½ cucharaditas de mezcla de especias secas
1 huevo ligeramente batido
unos 100 ml de leche caliente para glasear
25 g de terrones de azúcar picados a grandes trozos

1 Unte con mantequilla dos placas para hornear y resérvelas. Tamice la harina y la sal en un cuenco grande y, posteriormente, amase ligeramente con la mantequilla. Mezcle con la levadura, el azúcar, las frutas deshidratadas y la mezcla de especias. Practique un hueco en el centro, agregue el huevo y la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una bola, colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.

3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y divídala en 12 partes iguales. Extiéndalas en forma de cuerda o salchicha alargada y retuérzalas varias veces. Coloque los palitos sobre las placas. Cúbralos con un trapo y déjelos levar 20 minutos hasta que hayan doblado su tamaño.

4 Caliente el horno a 190 °C. Pinte los palitos con un poco de leche y espolvoréelos con el azúcar picado. Hornéelos 20 minutos o hasta que estén hinchados y dorados. Colóquelos en una rejilla para que se templen. Sírvalos calientes o fríos.

VARIANTE *Utilice albaricoques secos en vez de piña. Utilice canela molida en lugar de la mezcla de especias.*

131 Espirales de arándanos y naranja

TIEMPO DE PREPARACIÓN *30 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *25-30 minutos* **PARA** *12 espirales*

225 g de mezcla para pan blanco (comercial)
25 g de azúcar blanquilla
1 huevo ligeramente batido
unos 100 ml de leche templada
25 g de mantequilla derretida
140 g de arándanos secos
55 g de azúcar moreno blando
la cáscara finamente rallada de 1 naranja pequeña
1 cucharadita de canela molida
2 cucharadas de miel clara para glasear

1 Unte con mantequilla un molde cuadrado de 18 cm de lado y resérvelo. Mezcle la preparación para pan y el azúcar blanquilla en un cuenco grande y agregue el huevo y la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Extiéndala formando un rectángulo de 30 x 23 cm. Pinte con la mantequilla derretida. Mezcle los arándanos, el azúcar moreno, la cáscara de naranja y la canela y esparza homogéneamente sobre la masa, dejando un borde de 2,5 cm alrededor de los extremos.

3 Empezando por un extremo largo, enrolle la masa bien apretada como si se tratara de un brazo de gitano. Córtela en 12 trozos iguales y coloque los espirales en el molde con la cara cortada hacia arriba. Tape y deje levar en un lugar caliente hasta que hayan doblado su tamaño.

4 Mientras, caliente el horno a 190 °C. Hornee los espirales de 25 a 30 minutos, o hasta que se hayan hinchado y estén dorados. Retírelos del horno y píntelos dos veces con la miel mientras todavía estén calientes. Déjelos templar ligeramente en el molde y, posteriormente, colóquelos sobre una rejilla metálica. Sirva caliente o frío.

VARIANTE *Utilice una mezcla de especias molidas en vez de canela. Emplee pasas en lugar de arándanos.*

132 Espirales de cerezas y arándanos

TIEMPO DE PREPARACIÓN *30 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15-20 minutos*
PARA *12 espirales*

500 g de mezcla para pan blanco
55 g de azúcar blanquilla
2 huevos ligeramente batidos
unos 200 ml de leche templada
25 g de mantequilla derretida
85 g de cerezas deshidratadas partidas
85 g de arándanos deshidratados
55 g de azúcar moreno blando
la cáscara rallada de 1 naranja o limón
1 cucharadita de mezcla de especias molidas
2-3 cucharadas de miel clara para glasear

1 Unte con mantequilla un molde cuadrado de 23 cm de lado y resérvelo. Mezcle la preparación para pan con el azúcar blanquilla en un cuenco grande y agregue los huevos y la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Extiéndala formando un rectángulo de 30 cm de lado. Píntelo con la mantequilla derretida.
3 Mezcle las cerezas, los arándanos, el azúcar moreno, la cáscara de naranja o limón y la mezcla de especias y esparza homogéneamente sobre la masa, dejando un borde de 1 cm a un extremo.
4 Empezando por el extremo opuesto, enrolle la masa bien apretada y presione los extremos para sellarla. Corte 12 trozos iguales y coloque los espirales en el molde con el lado cortado hacia arriba. Tape y deje levar en un lugar caliente de 30 a 40 minutos o hasta que hayan doblado su tamaño.
5 Mientras, caliente el horno a 200 °C. Hornee los espirales de 15 a 20 minutos o hasta que se hayan hinchado y estén dorados.
6 Retírelos del horno y píntelos con la miel cuando todavía estén calientes. Sirva caliente o frío.

133 Pan de manzana y canela

TIEMPO DE PREPARACIÓN *40 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *25-30 minutos* **PARA** *12*

450 g de harina de fuerza blanca
1 cucharadita de sal
2 cucharaditas de levadura seca rápida
25 g de azúcar blanquilla
1 huevo grande ligeramente batido
150 ml de leche templada
unos 125 ml de agua caliente
175 g de azúcar moreno blando
1 ½ cucharaditas de canela molida
3 manzanas peladas, sin corazón y a rodajas finas
4 cucharadas de crema de leche espesa
25 g de mantequilla a dados
25 g de avellanas finamente picadas

1 Unte con mantequilla un molde de base desmontable de 23 cm de diámetro cuya base tenga forma de tubo o anillo y resérvelo. Tamice la harina y la sal en un cuenco y mezcle con la levadura y el azúcar blanquilla. Agregue el huevo, la leche y la cantidad de agua suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Extiéndala formando un rectángulo de 40 x 20 cm. Mezcle 55 g de azúcar moreno y la canela, añada la manzana y mezcle bien.
3 Distribuya de forma homogénea la mezcla de manzanas sobre la masa, dejando un borde de 1 cm alrededor de los extremos. Empezando por un extremo alargado, enrolle la masa bien apretada. Córtela en 12 trozos iguales, colóquelos de pie en el molde, formando ángulo (de manera que uno descanse sobre el otro). Tape y deje levar en un lugar caliente de 1 ½ a 2 horas o hasta que hayan doblado su tamaño.
4 Caliente el horno a 190 °C. Hornee el pan de 25 a 30 minutos, o hasta que se haya hinchado y esté dorado. Déjelo enfriar ligeramente en el molde y colóquelo en una rejilla metálica.
5 Mientras, introduzca el resto del azúcar moreno, la crema de leche y la mantequilla en un cazo y caliente a fuego lento, sin dejar de remover, hasta que el azúcar se haya disuelto. Lleve a ebullición, luego cueza a fuego lento unos 4 minutos con el recipiente destapado hasta que la mezcla se espese.
6 Pinte el pan con la mezcla de caramelo y luego esparza por encima las avellanas.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Utilice las cantidades indicadas en la receta principal, pero rectifique los siguientes ingredientes: 150 ml de leche y 125 ml de agua. Utilice la opción para masa, luego continúe a partir del paso 2 (aplastando la masa en vez de amasarla), déle forma y continúe como se ha especificado en la parte superior.*

134 Bollo escocés

TIEMPO DE PREPARACIÓN *30 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *50-60 minutos*
PARA *1 pan (para 16-18 raciones)*

450 g de harina de fuerza blanca
1 cucharadita de sal
1 cucharadita de pimienta de Jamaica molida
1 cucharadita de jengibre molido
1 cucharadita de nuez moscada acabada de rallar
140 g de mantequilla a dados
2 cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
2 cucharaditas de azúcar blanquilla
unos 200 ml de agua templada
225 g de pasas
225 g de sultanas
55 g de frutas confitadas picadas
55 g de almendras fileteadas

1 Unte con mantequilla un molde hondo de 20 cm de diámetro y resérvelo. Tamice la harina, la sal y la mezcla de especias en un cuenco grande, amase ligeramente con la harina y mezcle con la levadura y el azúcar. Practique un hueco en el centro y agregue la cantidad de agua suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una bola, introdúzcala en un cuenco untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.

3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina, luego corte un tercio de la masa y resérvelo. Mezcle las frutas secas, las confitadas y las almendras e incorpórelas al trozo grande de masa. La masa se oscurecerá gradualmente.

4 Forme una bola con la fruta, luego extienda el trozo de masa reservado y forme un cuadrado grande. Coloque la masa de frutas en el centro del cuadrado y lleve los lados de la masa sin frutas hacia el centro, pinzándolos para encerrar el relleno.

5 Dé la vuelta al pan, de forma que la parte lisa quede en la zona superior, luego introdúzcalo en el molde, y presione ligeramente hacia abajo. Pinche la masa con un tenedor, hasta llegar a la masa de frutas. Cubra con un trapo y leve de nuevo de 45 a 60 minutos.

6 Mientras, caliente el horno a 180 °C. Hornee el pan de 50 a 60 minutos o hasta que esté dorado y al golpear su base suene hueca. Déle la vuelta y enfríelo sobre una rejilla. Sírvalo cortado en rebanadas y acompañe con mantequilla, si lo desea.

135 Pan de pasas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *30 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *1 hora*
PARA *1 pan (para 8 raciones)*

350 g de harina de fuerza blanca
½ cucharadita de sal
2 cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
2 cucharadas de azúcar blanquilla
55 g de mantequilla derretida
unos 175 ml de leche templada
225 g de sultanas
1 yema de huevo

1 Unte con mantequilla una placa para hornear y resérvela. Tamice la harina y la sal en un cuenco grande y mezcle con la levadura y el azúcar. Practique un hueco en el centro y agregue la mantequilla derretida y la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una bola, colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente o hasta que doble su tamaño.

3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase con las sultanas de forma que queden bien repartidas. Forme una bola con la pasta y colóquela sobre la placa. Cubra con un trapo y deje levar de nuevo hasta que haya doblado su tamaño.

4 Mientras, caliente el horno a 190 °C. Mezcle la yema de huevo con 1 cucharada de agua y pinte esta mezcla sobre el pan levado.

5 Hornee el pan aproximadamente 1 hora o hasta que esté dorado y al golpear su base suene hueca. Cúbralo holgadamente con papel de aluminio al finalizar la cocción si la superficie se dorara demasiado. Colóquelo en una rejilla para que se enfríe. Sírvalo cortado en rebanadas.

136 Pan de pasas irlandés

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *45 minutos*
PARA *1 pan (para 8-10 raciones)*

450 g de harina de fuerza blanca
½ cucharadita de sal
2 cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
55 g de azúcar blanquilla
115 g de sultanas
115 g de pasas
1 ½ cucharaditas de canela molida
55 g de mantequilla ablandada
1 huevo ligeramente batido
unos 175 ml de leche templada
1 cucharada de azúcar granulado
2 cucharadas de agua hirviendo

1. Unte con mantequilla un molde hondo redondo de 20 cm y resérvelo. Tamice la harina y la sal en un cuenco grande y mezcle con la levadura, el azúcar blanquilla, las frutas secas y la canela. Practique un hueco en el centro y agregue la mantequilla, el huevo y la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.
2. Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una bola y colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
3. Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina, forme una bola y colóquela en el molde. Tape y deje levar de nuevo hasta que haya doblado su tamaño.
4. Mientras, caliente el horno a 200 °C. Hornee el pan unos 45 minutos o hasta que esté dorado y al golpear la base suene hueca. Cúbralo con papel de aluminio si se dorara demasiado.
5. Mientras, disuelva el azúcar granulado en el agua hirviendo. Cuando el pan esté horneado, píntelo con el glaseado de azúcar e introdúzcalo en el horno de 1 a 2 minutos. Colóquelo en una rejilla metálica para que se enfríe. Sírvalo cortado en rebanadas y acompañado con mantequilla, si lo desea.

VARIANTES *Sustituya 55 g de sultanas por frutas confitadas picadas. Emplee pasas de Corinto.*

137 «Bara brith» irlandés

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el remojado de la vigilia y el levado*
TIEMPO DE COCCIÓN *30-35 minutos* **PARA** *1pan (para 10-12 raciones)*

280 g de mezcla de frutas secas
350 ml de té caliente colado
450 g de harina de fuerza blanca
1 cucharadita de mezcla de especias molidas
1 cucharadita de sal
55 g de mantequilla a dados
2 cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
55 g de azúcar moreno blando
unos 50 ml de leche templada

1. Unte con mantequilla un molde de 900 g para pan y resérvelo. Coloque las frutas secas en un cuenco grande, vierta el té caliente, tape y téngalas en remojo toda la noche. Al día siguiente, tamice la harina, la sal y la mezcla de especias sobre un cuenco grande, y amase ligeramente con la mantequilla. Mezcle con la levadura y el azúcar. Practique un hueco en el centro, añada los líquidos y la mezcla de frutas y vierta la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.
2. Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una bola, colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
3. Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina, forme un pan ovoidal e introdúzcalo en el molde. Cubra con un trapo y deje levar de nuevo 45 minutos o hasta que casi haya doblado su tamaño.
4. Mientras, caliente el horno a 200 °C. Hornee el pan de 30 a 35 minutos o hasta que al golpear su base suene hueca. Colóquelo en una rejilla metálica para que se enfríe. Sírvalo cortado en rebanadas y untado con mantequilla.

VARIANTE *Pinte el pan dos veces con miel clara una vez horneado mientras todavía está caliente, si lo desea.*

Pan de pesto y parmesano

TIEMPO DE PREPARACIÓN *30 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30-35 minutos* **PARA** 16

450 g de harina de fuerza blanca
1 cucharadita de sal
1 ½ cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
1 cucharadita de azúcar blanquilla
unos 300 ml de agua templada
3 cucharadas de pasta pesto verde
40 g de queso parmesano rallado
huevo batido para glasear

1 Unte con mantequilla un molde hondo de 23 cm de diámetro y resérvelo. Tamice la harina y la sal en un cuenco y mezcle con la levadura y el azúcar. Incorpore el agua para obtener una textura blanda.

2 Vierta la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea. Forme una bola, colóquela en un cuenco untado con aceite, cubra y deje levar.

3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina y extiéndala para formar un rectángulo de 40 x 28 cm. Extienda la salsa pesto sobre la masa y espolvoree con el parmesano.

4 Empezando por un extremo largo, enrolle la masa bien apretada como si se tratara de un brazo de gitano. Córtela en 16 trozos iguales y colóquelos, con el corte hacia arriba formando círculos en el molde. Tape y deje levar de nuevo unos 30 minutos o hasta que haya doblado su tamaño.

5 Caliente el horno a 200 °C. Pinte los espirales con el huevo batido, y hornee de 30 a 35 minutos o hasta que estén dorados. Déjelos templar ligeramente en el molde y coloque el pan sobre una rejilla metálica para que se temple. Sepárelo en porciones y sírvalo caliente o frío.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Utilice las cantidades de la receta principal, pero modifique los ingredientes: 315 ml de agua, 1 ¼ cucharaditas de sal, 1 ½ cucharaditas de azúcar blanquilla y levadura seca rápida. Utilice la opción para masa; luego continúe a partir del paso 3.*

139 Pan de queso y hierbas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *40 minutos* **PARA** *12*

500 g de mezcla para pan blanco
unos 325 ml de agua templada
100 g de mantequilla derretida
1 huevo grande ligeramente batido
25 g de queso parmesano rallado
2 dientes de ajo picados
½ cucharadita de sal
¼ cucharadita de pimienta negra acabada de moler
2 cucharaditas de hierbas de Provenza

1. Unte con mantequilla un molde hondo de 20 cm de diámetro y resérvelo. Introduzca la mezcla de pan en un molde y agregue la cantidad de agua suficiente (de acuerdo con las instrucciones del paquete) para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.
2. Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Divídala en 12 porciones iguales y forme una bola con cada una de ellas. Mezcle en un cuenco pequeño la mantequilla derretida, el huevo, el queso parmesano, el ajo, la sal, la pimienta negra y las hierbas.
3. Pase las bolas de masa por la mezcla de mantequilla, cúbralas y luego colóquelas de manera que formen una sola capa en el molde. Rocíe por encima el resto de la mezcla de mantequilla. Tape y deje levar en un lugar caliente durante 45 minutos, o hasta que haya doblado su tamaño.
4. Mientras, caliente el horno a 190 °C. Hornee el pan unos 40 minutos o hasta que esté dorado. Colóquelo en una rejilla y déjelo enfriar. Separe los panecillos para servirlos, fríos o calientes.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Utilice las cantidades indicadas en la receta principal, pero modifique los siguientes ingredientes: 325 ml de agua (o según las instrucciones del paquete). Agregue los ingredientes en la máquina en el orden especificado en el libro de instrucciones. Utilice la opción para masa y continúe a partir del paso 2 (aplaste en vez de amasar y luego divida y modele según lo indicado).*

140 Pan de frutas para la merienda

TIEMPO DE PREPARACIÓN *35 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *35 minutos* **PARA** *12*

450 g de harina de fuerza blanca
½ cucharadita de sal
40 g de mantequilla a dados
2 cucharaditas de levadura seca rápida
25 g de azúcar blanquilla
la cáscara finamente rallada de 1 limón
1 huevo ligeramente batido
unos 225 ml de agua templada
115 g de orejones de albaricoques deshidratados
55 g de arándanos deshidratados
115 g de azúcar lustre tamizado
unas 3-4 cucharaditas de zumo de limón
25 g de almendras tostadas fileteadas.

1. Unte con mantequilla un molde de base desmontable de 23 cm de diámetro y resérvelo. Tamice la harina y la sal en un cuenco grande y amase ligeramente con la mantequilla. Mezcle con la levadura, el azúcar blanquilla y el zumo de limón. Luego mezcle con el huevo y la cantidad de agua suficiente para obtener una masa de textura blanda sin dejar de amasar.
2. Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Amase luego con los albaricoques y los arándanos. Extienda la masa con el rodillo hasta obtener un rectángulo de 40 x 20 cm.
3. Empezando por un lado largo, enrolle la masa apretada como si se tratara de un brazo de gitano. Córtela en 12 trozos iguales. Coloque 11 hacia arriba (con el punto de unión hacia abajo) alrededor de los bordes del molde y el trozo restante en el centro, con el lado cortado hacia arriba, para crear una especie de flor. Cubra con un trapo y deje levar en un lugar caliente.
4. Mientras, caliente el horno a 190 °C. Hornee el pan unos 35 minutos, o hasta que esté dorado, y cúbralo al finalizar la cocción si se dorara demasiado. Déjelo reposar unos minutos y colóquelo en una rejilla para que se enfríe.
5. Mezcle el azúcar lustre con el zumo de limón para obtener un glaseado fino y viértalo sobre la superficie del pan. Espolvoree con las almendras y separe los panecillos. Sirva caliente o frío.

CAPÍTULO 3

Panes planos

lgunos de los panes planos de este capítulo, como los tradicionales «chapatis», «parathas» y «puris» indios, se preparan con masas sin levar, mientras que otros, omo los «naan», «calzone» y «focaccia» llevan levadura para que la masa suba. Otras ecetas como los «roti» y las tortillas de trigo emplean levadura en polvo para que ctúe como agente levante.

Los panes planos, ya sean levados o no, poseen una textura, un sabor y una rma diferentes. Pueden ser blandos o crujientes y naturales o enriquecidos, unque la mayoría de ellos se preparan de forma fácil y rápida.

Muchos panes planos constituyen un acompañamiento ideal para diversos platos, y algunos resultan ideales para degustar con salsas, mientras que otros, como el pan «pitta» y las tortillas de trigo, están indicados para enrollarse en torno a un relleno y disfrutar de una cena o tentempié rápido. Se incluye una selección de panes planos de todo el mundo, desde los sabrosos pan «naan» especiados, los «lavash», las pizzas y los panes planos marroquíes, a especialidades como los «scones», y «muffins» ingleses, o incluso los pasteles de patata y los «pretzels».

141 Pan «naan»

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *10-12 minutos*
PARA *4 panes*

300 g de harina de fuerza blanca
1 cucharadita de sal
1 ½ cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
1 cucharada de aceite de girasol
4 cucharadas de yogur natural (a temperatura ambiente)
unos 125 ml de leche templada
unas 3 cucharadas de *ghee* o mantequilla derretida para pintar

1 Tamice la harina y la sal en un cuenco, y, posteriormente, mezcle con la levadura. Practique un hueco en el centro y agregue el yogur, el aceite y la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de amasar obtenga una textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea. Forme una bola y colóquela en un cuenco untado con aceite, tape y deje levar.

3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina, y divídala en 4 porciones iguales. Extienda cada una con el rodillo formando una torta ovalada o en forma de gota de unos 5 mm de grosor y 23 cm de longitud. Cubra con un trapo y deje reposar 15 minutos.

4 Caliente el horno a 230 °C. Introduzca 2 placas para hornear en el horno para que se calienten. Coloque los *naan* sobre las placas de hornear calientes y pinte con la mantequilla o *ghee* derretida.

5 Hornee de 10 a 12 minutos, o hasta se hinchen. Envuélvalos en un paño limpio y sírvalos calientes.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA PARA PAN *Utilice las cantidades indicadas en la receta principal, pero rectifique los siguientes ingredientes: 120 ml de leche y 1 cucharadita de levadura seca rápida y añada 1 ½ cucharaditas de azúcar blanquilla. Utilice la opción para masa básica y continúe a partir del paso 3.*

142 Pan «naan» especiado

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *10-12 minutos* **PARA** *4*

Los mismos ingredientes que para el pan *naan* con:
1 ½ cucharaditas de cilantro molido
1 cucharadita de comino molido
1 cucharadita de chile picante molido

1 Tamice la harina y la sal en un cuenco grande y mezcle con la levadura y la mezcla de especias. Practique un hueco en el centro y agregue el yogur, el aceite y la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una masa de textura blanda.
2 Siga los pasos 2, 3, 4 y 5 de la receta para pan *naan* de la página anterior.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Siga las instrucciones de la receta del pan* naan.

143 «Naan» de ajo y cilantro

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *10-12 minutos* **PARA** *4*

Los mismos ingredientes que para el pan *naan* con:
1 ½ cucharaditas de cilantro molido
1 diente de ajo grande picado
1-2 cucharaditas de semillas de cebolla negra
1-2 cucharadas de cilantro fresco picado

1 Tamice la harina y la sal en un cuenco y mezcle con la levadura, el cilantro molido y el ajo. Practique un hueco en el centro y mezcle con el yogur, el aceite y la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una masa de textura blanda.
2 Siga los pasos 2, 3 y 4 del pan *naan* de la página anterior y espolvoree con las semillas de cebolla y el cilantro picado justo antes de servir.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Utilice las cantidades indicadas en la receta principal, pero modifique los siguientes ingredientes: 120 ml de leche y 1 cucharadita de levadura seca rápida. Añada 1 ½ cucharaditas de azúcar blanquilla. Agregue los ingredientes en la máquina en el orden especificado en su libro de instrucciones. Utilice la opción para masa básica o la de masa para pizza básica y continúe como se indica a partir del paso 3 del pan* naan *de la página anterior.*

144 «Chapatis»

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15-20 minutos* **PARA** *6 «chapatis»*

225 g de harina de fuerza integral o harina para *chapati*
½ cucharadita de sal
unos 175 ml de agua templada
mantequilla derretida o *ghee* para pintar la superficie de los panes

1 Mezcle la harina y la sal en un cuenco y añada la cantidad de agua suficiente, sin dejar de mezclar, para obtener una masa de textura blanda. Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase 5 minutos o hasta que la masa adquiera una textura blanda y elástica. Introdúzcala en un cuenco, tape y deje reposar 10 minutos.
2 Divida la masa en 6 partes iguales y forme pequeñas bolas. Extienda cada bola formando un círculo de 3 mm de grosor.
3 Caliente una parrilla o sartén de base gruesa, luego cueza un *chapati* de 1 a 2 minutos o hasta que sobre su superficie aparezcan unas burbujas pequeñas.
4 Dé la vuelta al pan ayudándose con una paleta y cuézalo por el otro lado de 1 a 2 minutos. Con un paño limpio, presione sobre los extremos para que el pan se hinche.
5 Retírelo de la parrilla, colóquelo sobre un paño limpio y píntelo con un poco de mantequilla derretida o *ghee*. Cubra con un trapo para que se mantenga caliente y reserve al calor mientras cuece el resto. Coloque los panes unos sobre otros y sírvalos inmediatamente.

145 «Parathas»

TIEMPO DE PREPARACIÓN *30 minutos, más el tiempo de reposo*
TIEMPO DE COCCIÓN *15-20 minutos* **PARA** *8* parathas

225 g de harina de fuerza integral o para *chapati*
½ cucharadita de sal
unos 150 ml de agua templada
***ghee* derretido o aceite vegetal para pintar la superficie de los panes**

1. Mezcle la harina y la sal en un cuenco e incorpore gradualmente la cantidad de agua suficiente para que, sin dejar de mezclar, obtenga una masa de textura blanda. Viértala sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase de 2 a 3 minutos o hasta que adquiera una textura homogénea y que resulte fácil de trabajar. Introdúzcala en un cuenco limpio, cúbrala con un trapo y déjela reposar 30 minutos.
2. Divida la masa en 8 porciones iguales. Extienda cada una sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y forme un círculo de 10 a 13 cm de diámetro. Pinte la superficie con un poco de *ghee* o aceite. Doble por la mitad, pinte la superficie con un poco más de *ghee* o aceite y doble de nuevo por la mitad para obtener un triángulo. Repita la operación con el resto de la masa.
3. Extienda un triángulo de masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y forme un círculo más grande de 13 o 18 cm. Unte una parrilla o una sartén de fondo grueso con un poco de *ghee* o aceite y caliéntelo bien.
4. Cueza una *paratha* sobre la parrilla durante 1 minuto o hasta que empiecen a aparecer burbujas sobre la superficie. Pinte la superficie con un poco más de *ghee* o aceite, dé la vuelta y cueza por el otro lado. Cueza la segunda cara durante un minuto o hasta que esté crujiente y ambas caras hayan adquirido unas manchas marrones. A medida que se vayan cociendo las *parathas*, vaya aplastando los extremos con una espátula de madera o paño limpio para asegurar una cocción regular.
5. Coloque la *paratha* cocida en una fuente caliente, y tape para conservar el calor. Repita la operación con el resto de los triángulos de masa, extendiendo y cociendo cada uno por separado. Colóquelas unas sobre otras, y sírvalas calientes. Si lo desea, dóblelas.

146 «Puris» («Pooris»)

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos, más el reposo* **TIEMPO DE COCCIÓN** *20-25 minutos*
PARA *20* puris

115 g de harina blanca
1 cucharadita de sal
125 g de harina integral
2 cucharadas de aceite vegetal y un poco más para freír
unos 100 ml de agua templada

1. Tamice la harina y la sal sobre un cuenco y mezcle con la harina integral. Practique un hueco en el centro y agregue 2 cucharadas de aceite y la cantidad de agua suficiente para obtener una masa de textura bastante dura. Mezcle con las manos.
2. Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina durante 5 minutos o hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una bola, colóquela en un cuenco limpio, cubra con un paño húmedo y deje reposar 1 hora.
3. Divida la masa en 20 porciones iguales. Extienda cada una sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y forme un círculo de 10 o 12 cm de diámetro y 2 o 3 mm de grosor.
4. Caliente aceite (unos 8 cm de profundidad) en una cacerola o sartén de fondo grueso. Introduzca un círculo de masa en el aceite y fríalo durante 30 segundos, o hasta que el *puri* se hinche y esté dorado por la parte inferior. Déle la vuelta con una cuchara de madera y fríalo 30 segundos por la otra cara o hasta que esté dorado.
5. Retire el *puri* del aceite con una espumadera o espátula, escúrralo sobre papel de cocina y manténgalo caliente. Repita la operación con el resto de la pasta. Sirva muy caliente.

VARIANTE *Utilice alforfón o harina de trigo sarraceno, harina de centeno o para* chapati *(que encontrará en los establecimientos indios) en vez de la integral.*

147 «Roti» (India occidental)

TIEMPO DE PREPARACIÓN *30 minutos, más el tiempo de reposo*
TIEMPO DE COCCIÓN *15-20 minutos* **PARA** *8* roti

450 g de harina de trigo integral fina o para *chapati*
1 cucharadita de levadura en polvo
1 cucharadita de sal
unos 300 ml de agua
unos 140 g de *ghee* derretido o aceite vegetal

1. Mezcle la harina, la levadura y la sal en un cuenco y agregue la cantidad de agua necesaria para que, sin dejar de mezclar, obtenga una masa firme. Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase de 2 a 3 minutos o hasta que adquiera una textura homogénea y resulte fácil de trabajar. Introdúzcala en un cuenco limpio, cubra con un trapo y deje reposar 30 minutos.
2. Divida la masa en 8 porciones iguales. Extienda cada una de ellas sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina y forme un círculo de 18 cm de diámetro. Pinte con un poco de *ghee* o aceite. Dóblelo por la mitad, y pinte de nuevo la superficie, doblando de nuevo para obtener un triángulo. Repita la operación con el resto de masa. Tape y deje reposar 10 minutos.
3. Extienda un triángulo de masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina para formar un círculo de 20-23 cm de diámetro. Pinte ambos lados con un poco de *ghee* o aceite vegetal.
4. Caliente una parrilla o sartén de base gruesa, y cueza un *roti* durante 1 minuto. Pinte la superficie con un poco más de aceite o *ghee* y déle la vuelta para cocerlo por el otro lado. Cueza la segunda cara unos 2 minutos, déle la vuelta de nuevo y cueza 1 minuto aproximadamente, o hasta que esté ligeramente dorado.
5. Coloque el *roti* en un plato caliente, tape y reserve al calor. Repita la operación con los restantes triángulos de masa, extendiéndolos y cociéndolos por separado. Apile los panes unos sobre otros, y sírvalos calientes. Dóblelos si lo desea.

148 «Lavash»

TIEMPO DE PREPARACIÓN *30 minutos, más el levado y el tiempo de reposo*
TIEMPO DE COCCIÓN *25 minutos* **PARA** *12-15* lavash

350 g de harina de fuerza blanca
1 cucharadita de sal
115 g de harina de fuerza integral
1 sobre (7 g) de levadura seca fácil de mezclar
unos 300 ml de agua templada

1. Tamice la harina blanca y la sal sobre un cuenco grande y mezcle con la harina integral y la levadura. Practique un hueco en el centro y agregue la cantidad de agua suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.
2. Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una bola, colóquela en un cuenco untado con aceite, cubra con un trapo y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
3. Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y divídala en 12-15 porciones. Déles forma redonda, cubra con un trapo y deje reposar 30 minutos.
4. Tome una bola de masa cada vez y extiéndala lo más fina posible sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina para obtener un círculo casi translúcido de 13-15 cm de diámetro. Retire el exceso de harina.
5. Caliente una parrilla o sartén de fondo grueso. Cueza el círculo de masa durante 1 minuto, déle la vuelta y cuézalo por la otra cara unos 30 segundos o hasta que el pan esté ligeramente dorado.
6. Retire el pan con una paleta y colóquelo sobre una rejilla para que se temple. Repita la operación con el resto de bolas. Extiéndalas y cuézalas por separado. Sirva caliente o frío.

VARIANTE *Cueza el* lavash *en el horno en vez de a la parrilla, si lo desea. Caliente el horno a 230 °C. Coloque 3 placas para hornear en el horno bien caliente. Extienda las bolas de masa como se indica y colóquelas una sobre otra, e intercaladas con papel sulfurizado. Coloque un* lavash *sobre cada placa y hornéelo de 6 a 8 minutos o hasta que empiece a dorarse. Colóquelos en una rejilla para que se enfríen. Sírvalos calientes o bien fríos.*

149 Pan plano de semillas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos, más el levado y el tiempo de reposo*
TIEMPO DE COCCIÓN *30-40 minutos* **PARA** *1 pan plano (para 6-8 raciones)*

250 g de harina de fuerza blanca
1 cucharadita de sal
250 g de harina de fuerza morena
2 cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
1 cucharadita de azúcar blanquilla
3 cucharadas de aceite de oliva
150 ml de suero
unos 150 ml de agua templada
semillas de alcaravea, hinojo y sal marina gruesa para espolvorear

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina una placa de hornear y resérvela. Tamice la harina blanca y la sal en un cuenco grande y mezcle con la harina morena, la levadura y el azúcar. Practique un hueco en el centro y agregue el aceite, el suero y la cantidad de agua suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una bola, colóquela en el cuenco ligeramente untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y extiéndala para obtener un círculo plano de unos 2 cm de grosor. Colóquelo sobre la placa y luego pince los bordes de la pasta para formar motivos decorativos. Tape y deje reposar 20 minutos.
4 Caliente el horno a 190 °C. Pinte la superficie de la masa con un poco de agua y esparza por encima la mezcla de semillas y la sal gruesa.
5 Hornee de 30 a 40 minutos o hasta que el pan esté hinchado y dorado. Colóquelo en una rejilla metálica para que se temple. Sírvalo caliente o frío cortado en porciones.

150 Panes planos norteafricanos

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15-20 minutos* **PARA** *8 panes planos*

500 g de harina de fuerza blanca y un poco más para espolvorear
2 cucharaditas de sal
1 sobre (7 g) de levadura seca rápida
5 cucharadas de aceite de oliva y un poco más para glasear
unos 250 ml de agua templada

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina dos placas para hornear y resérvelas. Tamice la harina y la sal en un cuenco grande y luego mezcle con la levadura. Practique un hueco en el centro y agregue el aceite y el agua necesaria para que, sin dejar de amasar, obtenga una masa de textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Divídala en 8 porciones iguales. Extiéndalas para obtener un círculo plano de unos 10 cm de diámetro.
3 Colóquelos sobre las placas de hornear, cubra con un trapo y deje levar en un lugar caliente 1 hora o hasta que hayan subido ligeramente.
4 Mientras, caliente el horno a 230 °C. Pinte la superficie de cada pan plano con un poco de aceite y espolvoree con un poco de harina.
5 Hornee los panes de 15 a 20 minutos o hasta que estén hinchados y dorados. Sírvalos calientes.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Utilice las cantidades indicadas en la receta principal, pero modifique los siguientes ingredientes: 225 ml de agua y 1 ½ cucharaditas de levadura seca rápida. Añada 1 ½ cucharaditas de azúcar blanquilla. Agregue los ingredientes en la máquina en el orden especificado en el libro de instrucciones. Utilice la opción para masa básica o para masa de pizza y después continúe a partir del punto 2 de la receta principal (aplastando la masa en vez de amasarla, luego divídala y modélela).*

151 Panes planos marroquíes

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15-20 minutos*
PARA *4 panes planos (cada uno para 1 ración)*

280 g de harina de fuerza blanca
¼ cucharadita de sal
1 cucharadita de semillas de hinojo
2 cucharaditas de miel clara
1 cucharadita de levadura seca fácil de mezclar
unos 175 ml de leche templada
huevo batido para glasear

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina 2 placas para hornear y resérvelas. Tamice la harina y la sal en un cuenco grande y mezcle con las semillas de hinojo y la levadura. Practique un hueco en el centro y agregue la cantidad suficiente de miel y leche para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una bola, introdúzcala en un cuenco untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente o hasta que haya doblado su tamaño.

3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y divídala en 4 partes iguales. Extienda cada una de ellas formando un círculo de 9 cm de diámetro y unos 2 cm de grosor, aproximadamente.

4 Coloque los círculos en las placas y, con un cuchillo afilado o unas tijeras, corte doce entallas de 1 cm de profundidad alrededor de cada pan a intérvalos regulares. Cubra con un trapo y deje levar en un lugar caliente durante 20 minutos.

5 Caliente el horno a 220 °C. Pinte la superficie de los panes con el huevo batido y hornee de 15 a 20 minutos o hasta que los panes estén ligeramente dorados e hinchados. Deje que se enfríen sobre una rejilla metálica. Sírvalos enteros o en trozos.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Utilice las cantidades indicadas en la receta principal, pero rectifique los siguientes ingredientes: 175 ml de leche, 1 cucharadita de sal y levadura seca rápida. Agregue los ingredientes en la máquina en el orden especificado en su libro de instrucciones. Utilice la opción para masa básica o para pizza y luego continúe a partir del paso 3.*

152 Pan «pitta»

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *10 minutos*
PARA *8 panes* pitta

350 g de harina de fuerza blanca
1 cucharadita de sal
1 ½ cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
1 cucharadita de azúcar blanquilla
1 cucharada de aceite de oliva
unos 225 ml de agua templada

1 Tamice la harina y la sal en un cuenco y mezcle con la levadura y el azúcar. Practique un hueco en el centro y agregue el aceite y la cantidad de agua suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una bola, colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite, cubra con un trapo y deje levar en un lugar caliente.

3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina y divídala en 8 porciones iguales. Extienda cada pieza de masa para obtener un óvalo plano de 3-5 mm de grosor y de 14-15 cm de longitud. Extienda los óvalos de masa sobre un paño espolvoreado con harina, tape y deje levar a temperatura ambiente unos 30 minutos.

4 Mientras, caliente el horno a 230 °C. Introduzca en el horno 3 placas para que se calienten. Coloque los panes sobre las placas calientes y hornéelos unos 10 minutos.

5 Sírvalos calientes o envuélvalos en un paño y déjelos enfriar sobre una rejilla; vuélvalos a calentar en el grill del horno cuando los necesite. Sírvalos partidos y rellénelos con su preparación favorita.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Utilice las cantidades indicadas en la receta principal, pero rectifique los siguientes ingredientes: 225 ml de agua, 1 ½ cucharaditas de sal y 1 cucharadita de levadura seca rápida. Utilice la opción para masa básica o para masa para pizza y luego siga a partir del paso 3.*

153 «Calzone» de cebolla, aceitunas y orégano

TIEMPO DE PREPARACIÓN *1 ¼ - 1 ½ hora, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *25 minutos*
PARA 4 calzones *(cada uno para 2 raciones)*

Para la masa de pizza
450 g de harina de fuerza blanca
1 cucharadita de sal
1 ½ cucharadita de levadura seca fácil de mezclar
2 cucharadas de aceite de oliva
unos 250 ml de leche templada

Huevo batido para glasear

Para el relleno
4 cucharadas de aceite de oliva
4 cebollas rojas a rodajas finas
2 dientes de ajo picados
225 g de champiñones a láminas
225 g de aceitunas negras a láminas
2-4 cucharadas de orégano fresco picado
sal marina y pimienta negra molida
225 g de queso parmesano rallado

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina 2 placas para hornear y resérvelas. Prepare la masa. Tamice la harina y la sal en un cuenco grande y mezcle con la levadura. Practique un hueco en el centro y agregue el aceite de oliva y la cantidad de leche suficiente para obtener una masa blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea. Forme una bola e introdúzcala en un cuenco ligeramente untado con aceite, cubra con un trapo y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
3 Prepare el relleno. Caliente el aceite en una sartén, agregue la cebolla y los ajos y saltéelos unos 8 minutos o hasta que queden tiernos. Agregue los champiñones y saltéelos de 3 a 4 minutos. Retire la sartén del fuego y mezcle con las aceitunas, el orégano y las especias. Reserve.
4 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y divídala en 4 partes iguales. Extienda cada una formando un círculo de 20 cm de unos 5 mm de grosor.
5 Cubra la mitad de cada círculo con parte del relleno y espolvoree con el parmesano, dejando un pequeño borde alrededor de los extremos. Pinte los extremos con agua y doble la mitad, presionando ambos bordes. Pinte con el huevo batido y coloque sobre las placas de hornear.
6 Mientras, caliente el horno a 200 °C. Hornee los *calzones* 25 minutos. Sírvalos calientes.

154 Tarta de bacon y queso azul

TIEMPO DE PREPARACIÓN *1 hora y 10 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *35 minutos*
PARA *2 tartas (cada una para 6-8 raciones)*

Para la masa
500 g de harina de fuerza blanca
1 cucharadita de sal
3 cucharaditas de levadura seca rápida
3 cucharadas de aceite de oliva
2 huevos batidos
unos 200 ml de leche caliente

Ramitas de hierbas frescas para decorar

Para el relleno
55 g de mantequilla
450 g de bacon ahumado a dados
4 cebollas cortadas finas
225 g de queso azul desmenuzado como, por ejemplo, roquefort
6 huevos
350 ml de crema de leche ligera
sal marina y pimienta negra recién molida

1 Prepare la masa. Tamice la harina y la sal en un cuenco grande y mezcle con la levadura. Practique un hueco en el centro, agregue el aceite, los huevos y la leche necesaria.
2 Vierta la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Divídala por la mitad, extienda cada una de ellas con el rodillo y colóquelas en dos tarteras de bordes acanalados de 28 cm de diámetro. Cubra con un trapo y deje levar en un lugar caliente durante 30 minutos.
3 Aplaste ligeramente la masa en los moldes si fuese necesario. Mientras, caliente el horno a 190 °C y prepare el relleno. Derrita la mantequilla en una sartén, agregue el bacon y saltéelo 5 minutos. Retírelo y consérvelo caliente. Añada las cebollas a la sartén y saltéelas durante 8 minutos.
4 Coloque la mitad del bacon en los moldes y recubra con las cebollas, el queso y el resto del bacon. Bata los huevos, la crema y las especias y vierta esta mezcla por encima.
5 Hornee cada tarta (una a la vez) durante 35 minutos o hasta que la masa esté cocida y el relleno ligeramente hinchado y dorado. Adorne con las ramitas de hierbas. Sirva caliente.

155 Pizza de panceta, pimientos y aceitunas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *45 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *20-25 minutos*
PARA *2 pizzas (cada una para 4-6 raciones)*

Para la masa para pizza
450 g de harina de fuerza blanca
1 cucharadita de sal
1 ½ cucharaditas de levadura seca
2 cucharadas de aceite de oliva
unos 250 ml de agua templada

Para la cobertura
2 cucharadas de aceite de oliva
2 dientes de ajo picados
225 g de panceta ahumada a dados
2 pimientos rojos sin semillas y a tiras
400 g de tomates picados en lata con hierbas y escurridos
2 cucharadas de tomate concentrado
sal marina y pimienta negra recién molida
115-175 g de aceitunas negras enteras
115 g de parmesano rallado

1. Siga los pasos 1 y 2 de la receta del *calzone* (*véase* pág. anterior) y utilice agua templada en lugar de la leche.
2. Prepare la cobertura. Caliente el aceite en la sartén, agregue el ajo y saltéelo durante 30 segundos. Agregue la panceta y saltéela a fuego fuerte hasta que se dore y desprenda la grasa. Retírela de la sartén y resérvela. Agregue los pimientos y saltéelos durante 7 minutos o hasta que se ablanden. Retírelos de la sartén y agréguelos a la panceta.
3. Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y divídala por la mitad. Extienda cada parte con el rodillo hasta formar un círculo de 30 cm de diámetro. Colóquelos en las placas. Mezcle los tomates picados, el tomate concentrado y las especias. Extienda esta mezcla sobre las bases de pizza hasta llegar a 1 cm de los bordes. Esparza por encima la mezcla de pimientos y panceta y luego las aceitunas. Espolvoree con el parmesano.
4. Mientras, caliente el horno a 220 °C. Hornee cada pizza (una a la vez) de 20 a 25 minutos o hasta que la base esté crujiente y la cobertura dorada. Sirva caliente.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Utilice las cantidades indicadas en la receta principal, pero rectifique los siguientes ingredientes: 280 ml de agua y levadura seca rápida. Añada 2 cucharaditas de azúcar blanquilla. Utilice la opción para masa básica o para pizza básica y luego continúe a partir del paso 3.*

156 Tortillas de trigo

TIEMPO DE PREPARACIÓN *30 minutos, más el tiempo de reposo*
TIEMPO DE COCCIÓN *30-35 minutos* **PARA** *12 tortillas*

225 g de harina blanca común
1 cucharadita de sal
1 cucharadita de levadura en polvo
40 g de manteca o grasa vegetal
unos 150 ml de agua templada

1 Tamice la harina, la sal y la levadura en un cuenco grande y amase ligeramente con la manteca o grasa. Practique un hueco en el centro y agregue la cantidad de agua suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda. Amase ligeramente en el cuenco, cubra la masa con un trapo y déjela levar unos 10 minutos.
2 Divida la masa en 12 porciones iguales. Extienda cada una sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y forme círculos de 15 a 18 cm. Cubra con un trapo para conservar la humedad.
3 Caliente una parrilla o sartén de fondo grueso, agregue una tortilla y cuézala de 1 ½ - 2 minutos o hasta que la superficie empiece a formar burbujas y la base esté moteada. Déle la vuelta y dórela por esta cara. Debe quedar flexible.
4 Retire la tortilla del fuego y envuélvala en un paño limpio para mantenerla caliente. Repita la operación con el resto, y vaya apilando unas sobre otras a medida que va trabajando. Sírvalas calientes.

CONSEJO *Para volver a calentar las tortillas, envuélvalas en papel de aluminio e introdúzcalas en el horno caliente a 180 °C unos 5 minutos o hasta que estén calientes.*

157 Panes «focaccia»

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *20-25 minutos*
PARA *8 panes* focaccia

450 g de harina de fuerza blanca
1 cucharadita de sal
2 cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
3 cucharadas de aceite de oliva y un poco más para rociar
unos 225 ml de agua templada
sal marina para espolvorear

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina dos placas para hornear y resérvelas. Tamice la harina y la sal en un cuenco grande y mezcle con la levadura. Practique un hueco en el centro y agregue 3 cucharadas de aceite y el agua suficiente para que, sin dejar de mezclar, obtenga una masa blanda.
2 Vierta la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una bola y colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite; cubra con un trapo y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
3 Aplaste de nuevo la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y divídala en 8 porciones iguales. Extienda cada porción de masa formando un círculo, aplánelo y déle unos 10 cm de diámetro, dejando los bordes ligeramente más gruesos que los centros.
4 Coloque sobre las placas, cubra con un trapo y deje levar de nuevo unos 30 o 45 minutos o hasta que estén ligeramente levados.
5 Mientras, caliente el horno a 200 °C. Rocíe cada *focaccia* con un poco de aceite de oliva, espolvoréela con sal y salpíquela con un poco de agua.
6 Hornee de 20 a 25 minutos, o hasta que la *focaccia* esté hinchada y dorada. Rocíela con un poco de agua al cabo de los 5 primeros minutos de cocción. Colóquela en una rejilla metálica para que se temple. Sírvala caliente o fría, entera o cortada en trozos.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Utilice las cantidades indicadas en la receta principal, pero modifique los siguientes ingredientes: 240 ml de agua y 1 ½ cucharaditas de levadura seca rápida. Añada 1 ½ cucharaditas de azúcar granulado. Agregue los ingredientes en la máquina en el orden especificado en su libro de instrucciones. Utilice en esta receta la opción para masa básica o para pizza básica, luego continúe a partir del paso 3 de la receta principal.*

158 «Focaccia» de tomates secos y aceitunas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *30 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *20-25 minutos*
PARA *1 pan (para 6 raciones)*

450 g de harina de fuerza blanca
1 cucharadita de sal
2 cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
55 g de tomates secados al sol en aceite, escurridos y picados
55 g de aceitunas negras deshuesadas y picadas
3 cucharadas de aceite de oliva y un poco más para rociar
unos 250 ml de agua templada
sal gruesa marina para espolvorear

1 Unte con mantequilla o espolvoree con harina una placa de hornear y resérvela. Tamice la harina y la sal en un cuenco grande y mezcle con la levadura. Remueva con los tomates y las aceitunas. Practique un hueco en el centro y añada 3 cucharadas de aceite y la cantidad de agua suficiente para que, sin dejar de mezclar, obtenga una masa de textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una bola, colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite, cubra con un trapo y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.

3 Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina, y extiéndala para formar una estructura ovalada plana de unos 2,5 cm de grosor. Coloque la masa sobre la placa de hornear, cubra con un trapo y deje levar de nuevo hasta que haya doblado su tamaño.

4 Mientras, caliente el horno a 200 °C. Con las puntas de los dedos, practique unas incisiones profundas sobre toda la superficie de la masa. Rocíela con el aceite y luego esparza la sal marina. Hornee de 20 a 25 minutos o hasta que esté cocida y dorada. Colóquela en una rejilla metálica para que se temple. Sírvala caliente o fría cortada en porciones.

159 «Muffins» ingleses

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *35 minutos*
PARA *8-10* muffins

500 g de harina de fuerza blanca
1 ½ cucharaditas de sal
1 ½ cucharaditas de levadura seca rápida
1 cucharadita de azúcar blanquilla
55 g de mantequilla derretida
150 ml de leche templada
unos 150 ml de agua templada
aceite de girasol para untar un molde

1. Espolvoree generosamente con harina una placa grande para hornear y resérvela. Tamice la harina y la sal sobre un cuenco grande y mezcle con la levadura y el azúcar. Practique un hueco en el centro y agregue la mantequilla derretida, la leche y la cantidad de agua suficiente para que, sin dejar de mezclar, obtenga una de textura blanda.
2. Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una bola, introdúzcala en un cuenco ligeramente untado con aceite, cubra con un trapo y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
3. Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y divídala en 8-10 porciones iguales. Haga formas redondas de 1-2 cm de grosor. Coloque sobre las placas de hornear, cubra con un trapo y deje levar de nuevo de 30 a 40 minutos o hasta que estén esponjosas al tacto.
4. Pinte una parrilla o sartén de fondo grueso y caliéntela bien. Coloque cuidadosamente 3 o 4 *muffins* sobre la parrilla y cuézalos por tandas y a fuego moderado de 8 a 10 minutos, o hasta que estén dorados.
5. Retire los *muffins* de la parrilla y envuélvalos en un paño limpio si los va a servir calientes. De lo contrario, colóquelos en una rejilla metálica para que se enfríen. Cueza el resto de los *muffins*.
6. Para servir, ábralos por la mitad y extienda mantequilla por encima. Si los va a servir fríos, tuéstelos por ambas caras, pártalos por la mitad y unte con mantequilla.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Utilice las cantidades indicadas en la receta principal, pero rectifique los siguientes ingredientes: 450 g de harina de fuerza blanca, 140 ml de leche y 125 ml de agua. Utilice levadura seca rápida. Agregue los ingredientes a la máquina en el orden especificado en el libro de instrucciones. Utilice la opción para masa y luego continúe a partir del paso 3.*

160 «Pikelets»

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *40 minutos*
PARA *unos 24* pikelets

115 g de harina de fuerza blanca
115 g de harina blanca común
1 cucharadita de sal
½ cucharadita de bicarbonato sódico
1 cucharadita de levadura seca fácil de mezclar
1 cucharadita de azúcar blanquilla
1 cucharada de aceite de girasol y un poco más para untar una sartén
150 ml de leche templada
300 ml de agua templada

1. Tamice las harinas, la sal y el bicarbonato en un cuenco grande y luego mezcle con la levadura y el azúcar. Practique un hueco en el centro, agregue 1 cucharada de aceite, la leche y el agua. Mezcle para obtener una masa que deberá batir vigorosamente durante 5 minutos, o hasta que adquiera una textura espesa y lisa. Tápela y déjela reposar en un lugar caliente aproximadamente entre 1-1 ½ horas o hasta que adquiera una textura esponjosa (en la superficie aparecerán unas pequeñas burbujas).
2. Bata la masa otros 2 o 3 minutos. Caliente una parrilla untada con aceite o una sartén de fondo grueso. Deje caer de 1 a 2 cucharadas de la masa para que formen círculos sobre la parrilla. Cuézalos de 2 a 3 minutos por lado o hasta que estén dorados, y déles la vuelta con una espátula.
3. Colóquelos en una rejilla metálica para que se enfríen. Repita la operación con el resto de la masa. Unte la parrilla con aceite tras cada tanda.
4. Sirva los *pikelets* calientes, o tuéstelos por ambas caras bajo la parrilla del grill.

161 «Crumpets»

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30 minutos*
PARA *12-14* crumpets

115 g de harina de fuerza blanca
115 g de harina blanca común
1 cucharadita de sal
½ cucharadita de bicarbonato sódico
1 cucharadita de levadura seca fácil de mezclar
1 cucharadita de azúcar blanquilla
1 cucharada de aceite de girasol y un poco más para cocer
150 ml de leche templada
300 ml de agua templada

1 Tamice las harinas, la sal y el bicarbonato en un cuenco grande y mezcle con la levadura y el azúcar. Practique un hueco en el centro y agregue 1 cucharada de aceite, la leche y el agua. Mezcle hasta obtener una masa, bátala vigorosamente unos 5 minutos o hasta que adquiera una textura lisa y espesa. Tápela y déjela reposar en un lugar caliente de 1-1 ½ horas, o hasta que adquiera una textura esponjosa (en su superficie se formarán pequeñas burbujas).

2 Bata la masa otros 2-3 minutos y luego introdúzcala en una jarra. Caliente un poco de aceite en una parrilla o sartén grande antiadherente. Unte con aceite el interior de cuatro o seis círculos metálicos o cortadores de pasta de 7,5-9 cm de diámetro.

3 Coloque los círculos sobre la parrilla caliente y déjelos 2 minutos hasta que estén muy calientes. Vierta aproximadamente 1 cm de masa en cada círculo y cueza de 5 a 6 minutos o hasta que la superficie cuaje y esté llena de burbujas pequeñas.

4 Desprenda cuidadosamente el borde de cada *crumpet* con un cuchillo, y retire los círculos (protéjase con un guante para hornear). Dé la vuelta a los *crumpets* y cuézalos por el otro lado de 1 a 2 minutos o hasta que adquieran un tono dorado pálido.

5 Colóquelos en una rejilla metálica. Repita la operación con el resto de la masa batiendo, untando con aceite y calentando los círculos tras cada tanda. Al servir, tueste los *crumpets* por ambas caras bajo la parrilla previamente calentada y úntelos con mantequilla.

162 «Scones» a la parrilla

TIEMPO DE PREPARACIÓN *15 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *25 minutos* **PARA** *8-10* scones

225 g de harina de fuerza blanca
una pizca de sal
½ cucharadita de nuez moscada finamente rallada
55 g de mantequilla a dados
55 g de azúcar blanquilla
85 g de pasas
1 huevo batido
unas 3-4 cucharadas de leche
aceite de girasol para untar una sartén

1 Tamice la harina, la sal y la nuez moscada en un cuenco y amase ligeramente con la mantequilla hasta que la mezcla adquiera la textura de unas migas finas de pan. Mezcle con el azúcar y las pasas y practique un hueco en el centro. Agregue el huevo y la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de mezclar, obtenga una textura firme pero que se pueda trabajar.

2 Extienda la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina hasta que adquiera unos 2 cm de grosor. Córtela en triángulos o círculos de 6 cm.

3 Caliente una parrilla ligeramente untada con aceite o una sartén de fondo grueso a fuego medio o hasta que esté ligeramente caliente. Cueza los *scones* por tandas sobre la parrilla unos 5 minutos por cara. Déles la vuelta hasta que aumenten de tamaño y se doren.

4 Colóquelos en una parrilla metálica unos minutos para que se enfríen; pártalos por la mitad y sírvalos untados con confitura o mantequilla.

VARIANTES *Utilice una mezcla de especias molidas o canela en vez de la nuez moscada. Emplee sultanas o arándanos deshidratados en lugar de las pasas.*

163 «Scones» libres

TIEMPO DE PREPARACIÓN *10 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *20 minutos* **PARA** *10-12* scones *libres*

115 g de harina de fuerza blanca
25 g de azúcar blanquilla
1 huevo ligeramente batido
150 ml de leche
aceite de girasol para untar una sartén

1 Tamice la harina en un cuenco y mezcle con el azúcar. Practique un hueco en el centro, mezcle con el huevo y, poco a poco, con la leche hasta obtener una masa de textura lisa, espesa y cremosa.

2 Unte con aceite una parrilla grande o sartén de fondo grueso y colóquela en el fuego hasta que esté caliente. Cueza la mezcla por tandas dejando caer cucharadas de masa sobre la parrilla caliente. Cueza a fuego moderado de 2 a 3 minutos hasta que la superficie esté cubierta de burbujas y la parte inferior esté dorada. Déles la vuelta con una paleta y cueza de 2 a 3 minutos o hasta que estén dorados por la otra cara.

3 Retire los *scones* de la parrilla y envuélvalos en un paño limpio. Repita la operación con el resto de la masa. Sirva los *scones* calientes y untados con mantequilla, confitura o miel.

VARIANTE *Cuando la base de los* scones *esté cuajada y casi cocida, espolvoréelos con unas pasas, luego déles la vuelta y cuézalos por la otra cara.*

164 «Singing hinnie»

TIEMPO DE PREPARACIÓN *15 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *20 minutos* **PARA** *8*

350 g de harina blanca
1 cucharadita de sal
1 cucharadita de cremor tártaro
½ cucharadita de bicarbonato sódico
1 ½ cucharaditas de canela molida
85 g de mantequilla a dados
140 g de pasas
200 ml de leche
aceite de girasol para untar una parrilla
mantequilla ablandada para servir
1 cucharada de azúcar blanquilla para espolvorear

1 Tamice la harina, la sal, el cremor tártaro, el bicarbonato y la canela en un cuenco y, posteriormente, amase ligeramente con la mantequilla. Mezcle con las pasas, practique un hueco en el centro y añada la leche hasta obtener una masa de textura muy blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina y amase suavemente. Extienda la masa y forme un círculo de 25 cm de diámetro y unos 2 cm de grosor.
3 Unte con aceite una parrilla o sartén de fondo grueso y caliéntela a fuego lento. Coloque el círculo de masa sobre la parrilla y cueza unos 20 minutos o hasta que esté dorada por ambas caras. Déle la vuelta cuidadosamente con la ayuda de dos espátulas cuando todavía esté a media cocción.
4 Sirva caliente, cortado por la mitad y untado con mantequilla ablandada. Espolvoree con azúcar blanquilla y corte en porciones antes de servir.

165 «Blinis» con salmón ahumado

TIEMPO DE PREPARACIÓN *30 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30 minutos*
PARA *unos 24* blinis

115 g de harina de fuerza blanca
½ cucharadita de sal
115 g de harina de trigo sarraceno
½ cucharadita de levadura seca rápida
450 ml de leche templada
1 huevo
aceite de girasol para untar una parrilla
225 g de salmón ahumado a lonchas finas
225 g de crema ácida
gajos de limón y cebollinos frescos picados para adornar

1 Tamice la harina y la sal en un cuenco grande y mezcle con la harina de trigo sarraceno y la levadura. Practique un hueco en el centro e incorpore gradualmente la leche sin dejar de batir hasta obtener una masa de textura homogénea. Tápela y déjela reposar en un lugar caliente de 45 a 60 minutos o hasta que la mezcla esté esponjosa y haya doblado su volumen.
2 Bata la yema con la mantequilla. Bata en otro cuenco la clara a punto de nieve hasta que esté firme y luego incorpore el huevo batido a la masa.
3 Unte con aceite una parrilla o sartén antiadherente y caliéntela bien. Vierta unas 2 cucharadas de masa sobre la parrilla para cada *blini* y cueza 3 o 4 *blinis* a la vez.
4 Cueza los *blinis* a fuego moderado de 2 a 3 minutos o hasta que la superficie haya cuajado y forme burbujas. Déles la vuelta con una paleta y cueza durante otros 2 o 3 minutos o hasta que estén ligeramente dorados.
5 Envuelva los *blini* cocidos con un paño limpio y consérvelos calientes. Cueza los restantes por tandas hasta que haya empleado toda la masa y vaya untando con aceite el recipiente tras cada tanda.
6 Para servir, coloque los *blinis* en platos de servicio y cubra con el salmón ahumado y unas bolas de crema. Adorne con los gajos de limón, el cebollino fresco y el eneldo.

VARIANTE *Utilice harina de trigo integral en vez de trigo sarraceno. Utilice filetes de trucha ahumada en lugar de salmón ahumado.*

166 Pasteles de patata

TIEMPO DE PREPARACIÓN *15 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15 minutos*
PARA *14 pasteles*

450 g de patatas cocidas aplastadas y no demasiado calientes
½ cucharadita de sal
25 g de mantequilla ablandada
unos 115 g de harina de trigo
aceite de girasol para untar una sartén

1 Coloque las patatas aplastadas en un cuenco, agregue la sal y la mantequilla ablandada y mezcle bien. Incorpore la harina necesaria para ligar la mezcla y obtener una masa de textura blanda, pero no pegajosa. Cubra con un trapo y deje enfriar en la nevera durante 30 minutos.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y extiéndala confiriéndole 5 mm de grosor. Corte la masa en unos 14 triángulos o cuadrados del mismo tamaño.
3 Caliente una parrilla o sartén de fondo grueso a fuego medio-alto y añada un poco de aceite.
4 Cueza los pasteles de patata por tandas, unos 2 minutos por lado, hasta que estén uniformemente dorados y déles una vuelta. Consérvelos calientes mientras cuece los restantes. Sírvalos calientes.

CONSEJO *Con 750 g de patatas enteras sin pelar se pueden obtener 450 g de patatas aplastadas.*

167 «Bannocks»

TIEMPO DE PREPARACIÓN *15 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *40 minutos* **PARA** *unos 18* bannocks

175 g de harina de avena de grano medio
85 g de harina de trigo integral
2 cucharaditas de levadura en polvo
1 cucharadita de sal
25 g de mantequilla a dados
unos 150 ml de leche
aceite de girasol para untar una sartén

1 Mezcle la harina de avena, la harina, la levadura en polvo y la sal en un cuenco y amase ligeramente con la mantequilla. Practique un hueco en el centro y luego agregue la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de mezclar, obtenga una masa de textura blanda.
2 Extienda la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y déle unos 5 mm de grosor. Con la ayuda de un cortapastas, córtela en círculos de 5 cm.
3 Unte ligeramente con aceite una parrilla o sartén grande de fondo grueso y caliéntela a fuego medio-bajo. Cueza los *bannocks* por tandas unos 10 minutos o hasta que empiecen a dorarse. Déles una vuelta.
4 Consérvelos calientes mientras cuece el resto. Sírvalos calientes.

168 Pasteles de avena

TIEMPO DE PREPARACIÓN *10 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *20-25 minutos* **PARA** *8 pasteles*

115 g de harina de avena de grano fino
½ cucharadita de sal
15 g de manteca o mantequilla derretida
3-4 cucharadas de agua hirviendo
aceite de girasol para untar una sartén

1 Mezcle la harina de avena y la sal en un cuenco. Incorpore la grasa derretida con un cuchillo de hoja roma y ligue la mezcla con el agua hirviendo necesaria. Debe obtener una mezcla firme, pero no granulosa ni pegajosa. Amase suavemente y divida la masa por la mitad.
2 Extienda cada porción de masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y forme un círculo de unos 15 cm de diámetro y unos 5 mm de grosor. Corte cada círculo en 4 cuartos.
3 Caliente a fuego medio una parrilla o sartén de fondo grueso untada con aceite. Coloque, con ayuda de una paleta, 4 pasteles de avena sobre la parrilla y cuézalos a fuego lento de 5 a 6 minutos o hasta que los bordes empiecen a curvarse hacia arriba. Déles la vuelta con el cuchillo-paleta y cueza la segunda cara unos 5 minutos o hasta que esté firme.
4 Colóquelos en una rejilla para que se enfríen. Sírvalos fríos.

169 Panes de centeno crujientes

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *20 minutos*
PARA *unos 20 panes crujientes*

350 g de harina de fuerza blanca
2 cucharaditas de sal
175 g de harina de centeno
25 g de mantequilla a dados
1 cucharada de semillas de hinojo
2 cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
1 cucharada de melaza negra
unos 300 ml de agua templada

1. Unte con mantequilla 3 placas para hornear y resérvelas. Tamice la harina blanca y la sal en un cuenco, y mezcle con la harina de centeno. Amase con la harina y mezcle con la levadura y las semillas de hinojo. Practique un hueco en el centro, agregue la melaza negra y la cantidad de agua suficiente para obtener una masa firme.
2. Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea, firme y elástica. Forme una bola, colóquela en un cuenco ligeramente untado con aceite, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
3. Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y divídala en 20 porciones iguales. Extienda cada una formando un círculo pequeño de unos 10 cm de diámetro y unos 3 mm de grosor.
4. Pinche uniformemente cada círculo de masa con un tenedor y colóquelos sobre las placas. Tape y deje levar de nuevo de 30 a 45 minutos o hasta que estén ligeramente hinchados.
5. Mientras, caliente el horno a 190 °C. Hornee los panes crujientes unos 20 minutos, o hasta que estén ligeramente hinchados, dorados y crujientes. Colóquelos en una rejilla metálica para que se templen. Sírvalos calientes.

170 «Pretzels»

TIEMPO DE PREPARACIÓN *30 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *20 minutos*
PARA *unos 16* pretzels

400 g de harina de fuerza blanca
1 cucharadita de sal fina
1 cucharadita de azúcar blanquilla
1 ½ cucharaditas de levadura seca fácil de mezclar
15 g de mantequilla derretida
125 ml de leche templada
unos 125 ml de agua templada
huevo batido para glasear
sal marina gruesa o semillas de alcaravea para espolvorear

1. Unte con mantequilla o espolvoree con harina dos placas para hornear y resérvelas. Tamice la harina y la sal fina en un cuenco grande y luego mezcle con la levadura y el azúcar. Practique un hueco en el centro, agregue la mantequilla derretida y la cantidad de leche y el agua suficientes para que, sin dejar de mezclar, obtenga una masa de textura blanda.
2. Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase hasta que adquiera una textura homogénea y elástica. Forme una bola, colóquela en un cuenco untado con aceite, cubra con un trapo y deje levar en un lugar caliente hasta que haya doblado su tamaño.
3. Aplaste la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina, y divídala en 16 porciones iguales. Extiéndalas formando una cuerda larga y fina de unos 25-30 cm de longitud. Dé a cada cuerda forma de herradura y levante hacia arriba los extremos cruzándolos uno sobre otro. Presione los extremos ligeramente sobre la curva de la herradura para obtener una especie de nudo.
4. Colóquelos sobre las placas de hornear, cubra con un trapo y deje levar de nuevo unos 20 minutos o hasta que empiecen a subir.
5. Mientras, caliente el horno a 200 °C. Pinte los *pretzels* con huevo batido y espolvoréelos con sal marina gruesa o semillas de alcaravea.
6. Hornee los *pretzels* unos 20 minutos o hasta que estén ligeramente hinchados y dorados. Quedarán ligeramente crujientes por fuera y blandos por dentro. Enfríelos sobre una rejilla. Sírvalos fríos.

VARIANTES *Reemplace 115 g de la harina blanca por harina de centeno. Espolvoree los* pretzels *con semillas de sésamo en vez de la sal gruesa y las semillas de alcaravea.*

CAPÍTULO 4

Panes rápidos

Los panes rápidos son, como su nombre indica, rápidos y relativamente fáciles de preparar si se comparan con otros tipos de panes: los ingredientes simplemente se mezclan y hornean sin necesidad de largos amasados y levados, de manera que surge un amplio abanico de deliciosos e interesantes panes, tanto dulces como salados.

Algunos panes rápidos, como los de té, se enriquecen con mantequilla, huevos o fruta y se conservan varios días si se envuelven con papel de aluminio o se guardan en un recipiente hermético. Otros panes, como los «scones» y «muffins» son más sabrosos recién horneados y calientes.

Se incluye una amplia selección de panes rápidos para tentarle. Elija entre recetas tradicionales, como el pan de soda, el pan de suero o el pan de leche; recetas clásicas de «scones», como los «scones» de frutas o fresas, o recetas más creativas, como el pan de bacon y stilton o el pan de arándanos.

171 Pan de soda

TIEMPO DE PREPARACIÓN *15 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30-35 minutos* **PARA** *1 pan (para 8 raciones)*

450 g de harina blanca y un poco más para espolvorear
1 cucharadita de sal
2 cucharaditas de bicarbonato sódico
25 g de mantequilla a dados
unos 300 ml de suero

1 Caliente el horno a 200 °C. Unte ligeramente con mantequilla una placa de hornear y resérvela. Tamice la harina, la sal y el bicarbonato en un cuenco grande y amase con la mantequilla. Incorpore poco a poco la cantidad de suero suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase suavemente de 1 a 2 minutos. Forme una bola y colóquela sobre la placa de hornear. Con un cuchillo afilado, realice una cruz profunda sobre la superficie de la bola y espolvoree con un poco de harina.

3 Hornee el pan de 30 a 35 minutos o hasta que se haya hinchado y esté ligeramente dorado. El pan debe sonar a hueco al golpear su base. Déjelo templar sobre una rejilla metálica. Sírvalo frío o caliente cortado en rebanadas.

172 Pan de soda casero

TIEMPO DE PREPARACIÓN *15 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30-35 minutos* **PARA** *1 pan (para 8 raciones)*

200 g de harina blanca
1 cucharadita de sal
2 cucharaditas de bicarbonato
200 g de harina integral y un poco más para espolvorear
55 g de copos de avena
unos 300 ml de suero

1 Caliente el horno a 200 °C. Espolvoree ligeramente con harina una placa de hornear y resérvela. Tamice la harina, la sal y el bicarbonado en un cuenco grande y mezcle luego con la harina integral y los copos. Incorpore poco a poco la cantidad de suero suficiente para que, sin dejar de amasar, obtenga una textura blanda pero no pegajosa.

2 Forme una bola con la masa ayudándose con las manos, luego colóquela sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase suavemente de 1 a 2 minutos. Dé forma de óvalo a la masa y colóquela sobre la placa de hornear. Practique con un cuchillo afilado 2 o 3 cruces sobre la superficie de la masa y espolvoree con un poco de harina integral.

3 Hornee el pan de 30 a 35 minutos o hasta que esté ligeramente hinchado y dorado. El pan debe sonar a hueco al golpear su base. Colóquelo en una rejilla metálica para que se temple. Sírvalo caliente o frío cortado en rebanadas.

173 Pan de soda integral

TIEMPO DE PREPARACIÓN *15 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30-35 minutos* **PARA** *1 pan (para 8 raciones)*

450 g de harina de fuerza integral y un poco más para espolvorear
1 cucharadita de sal
2 cucharaditas de bicarbonato sódico
un poco de pimienta negra acabada de moler
25 g de mantequilla a dados
300 ml de suero
un poco de leche para mezclar

1 Caliente el horno a 200 °C. Espolvoree ligeramente con harina una placa para hornear y resérvela. Mezcle en un cuenco grande la harina, la sal, el bicarbonato y la pimienta negra y amase ligeramente con la mantequilla. Añada gradualmente el suero y la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de mezclar, obtenga una masa blanda pero no pegajosa.

2 Reúna la masa con las manos, colóquela sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase suavemente de 1 a 2 minutos. Forme une círculo de 20 cm y colóquelo sobre la placa. Con la ayuda de un cuchillo afilado, practique una cruz profunda sobre la superficie de la masa y espolvoree con un poco de harina.

3 Hornee el pan de 30 a 35 minutos o hasta que esté hinchado y ligeramente dorado. Debe sonar a hueco al golpear su base. Déjelo enfriar sobre una rejilla. Sírvalo cortado en rebanadas o porciones.

174 Pan de tomate y aceitunas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30-40 minutos* **PARA** *1 pan (para 8 raciones)*

450 g de harina blanca
1 ½ cucharaditas de bicarbonato sódico
1 ½ cucharaditas de cremor tártaro
1 cucharadita de sal
un poco de pimienta negra acabada de moler
55 g de mantequilla a dados
2 cucharaditas de hierbas provenzales secas
85 g de tomates secados al sol en aceite, escurridos, secados y finamente picados
85 g de aceitunas negras deshuesadas, escurridas y finamente picadas
unos 300 ml de suero

1 Caliente el horno a 200 °C. Unte con mantequilla o espolvoree con harina una placa para hornear y resérvela. Tamice la harina, el bicarbonato y el cremor tártaro en un cuenco grande; mezcle luego con la sal, la pimienta y las hierbas secas. Amase ligeramente la mezcla con la mantequilla hasta obtener una especie de migas finas.

2 Mezcle bien con los tomates picados y las aceitunas. Practique un hueco en el centro y, después, agregue la cantidad de suero suficiente para que, sin dejar de mezclar, obtenga una masa de textura blanda.

3 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina y amase ligeramente; luego forme un círculo de 20 cm de diámetro. Colóquelo sobre la placa de hornear y, con un cuchillo afilado, marque 8 triángulos iguales.

4 Hornee el pan de 30 a 40 minutos o hasta que esté bien hinchado y dorado. Colóquelo en una rejilla metálica para que se temple. Sírvalo frío o caliente cortado en triángulos.

175 Pan de suero

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *50-60 minutos*
PARA *1 pan grande (para 14-16 raciones)*

225 g de harina blanca
2 cucharaditas de sal
450 g de harina de fuerza integral
1 cucharada de azúcar blanquilla
2 cucharaditas de bicarbonato sódico
25 g de mantequilla a dados
unos 600 ml de suero

1 Caliente el horno a 190 °C. Unte con mantequilla un molde hondo de base desmontable de 20 cm de diámetro o una placa de hornear y reserve.

2 Tamice la harina blanca y la sal sobre un cuenco y mezcle con la harina integral, el azúcar y el bicarbonato sódico. Amase ligeramente con la mantequilla e incorpore la cantidad de suero suficiente, sin dejar de remover, hasta obtener una masa de textura blanda.

3 Dé a la masa forma redonda y colóquela en el molde o placa.

4 Hornee el pan de 50 a 60 minutos o hasta que esté hinchado y dorado, presente una superficie crujiente y suene hueco al golpear su base. Colóquelo sobre una rejilla metálica. Sírvalo caliente o frío cortado en rebanadas o porciones.

176 Pan de trigo y miel

TIEMPO DE PREPARACIÓN *15 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *25-30 minutos* **PARA** *1 pan (para 8-10 raciones)*

450 g de harina integral
2 cucharaditas de bicarbonato sódico
1 cucharadita de sal
1 cucharadita de canela molida
25 g de mantequilla a dados
4 cucharadas de miel clara
unos 250 ml de leche

1 Caliente el horno a 200 °C. Unte con mantequilla o espolvoree con harina una placa de hornear y resérvela. Mezcle la harina, el bicarbonato, la sal y la canela en un cuenco grande y, posteriormente, amase ligeramente con mantequilla. Agregue la miel y la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de mezclar, obtenga una masa de textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase suavemente. Forme con ella un círculo de 20 cm de diametro y colóquelo sobre la placa. Con la ayuda de un cuchillo afilado corte 3 entallas diagonales de 1 cm de profundidad sobre la superficie del pan.

3 Hornee el pan de 25 a 30 minutos o hasta que esté hinchado y ligeramente dorado. Colóquelo en una rejilla metálica para que se temple. Sírvalo caliente o frío cortado en rebanadas o porciones.

177 Pan rústico de queso y hierbas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30-40 minutos* **PARA** *1 pan (para 8 raciones)*

350 g de harina de fuerza integral
115 g de harina de avena fina
2 cucharaditas de bicarbonato sódico
2 cucharaditas de cremor tártaro
½ cucharadita de sal
115 g de queso cheddar o gruyère curado finamente rallado
3-4 cucharadas de hierbas frescas variadas picadas
½ cucharadita de mostaza en polvo
300 ml de suero
un poco de leche para mezclar y glasear
1 cucharada de harina de avena mediana para espolvorear

1 Caliente el horno a 200 °C. Unte con mantequilla o espolvoree con harina una placa de hornear y resérvela. Introduzca la harina, la harina de avena, el bicarbonato, el cremor tártaro, la sal, el queso, las hierbas picadas y la mostaza en un cuenco grande y mezcle bien. Mezcle con el suero y un poco de leche, si fuese necesario, para obtener una masa de textura blanda.

2 Amase ligeramente y dé a la masa una forma redonda de 20 cm de diámetro. Colóquela sobre la placa, pinte la superficie con un poco de leche y espolvoree por encima con la harina de avena de grano medio. Con la ayuda de un cuchillo afilado, entalle 8 triángulos bastante profundos sobre la masa.

3 Hornee el pan de 30 a 40 minutos o hasta que esté bien hinchado, firme al tacto y dorado. Déjelo templar sobre una rejilla metálica. Rómpalo en porciones antes de servir caliente o frío.

178 Pan de cheddar, hierbas y cebolla

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *1-1 ¼ hora* **PARA** *1 pan (para 10-12 raciones)*

1 cucharada de aceite de oliva
1 cebolla grande finamente picada
225 g de harina blanca con levadura incorporada
225 g de harina integral con levadura
2 cucharaditas de sal
pimienta negra acabada de moler
2 cucharaditas de mostaza en polvo
55 g de mantequilla a dados
150 g de queso cheddar o gruyère curado finamente rallado
3-4 cucharadas de hierbas frescas picadas
2 huevos batidos
300 ml de leche

1 Caliente el horno a 190 °C. Unte con mantequilla un molde de 900 g para pan y resérvelo. Caliente el aceite en una sartén, agregue la cebolla y saltéela unos 5 minutos o hasta que se haya ablandado.

2 Mezcle la harina, la sal, un poco de pimienta negra y la mostaza en polvo en un cuenco. Ligue todo con la mantequilla hasta que la mezcla se parezca a unas migas de pan. Mezcle con el queso, las hierbas picadas y la cebolla salteada. Agregue los huevos y la leche y mezcle bien.

3 Vierta la mezcla en el molde y nivele la superficie. Hornee durante 1 - 1 ¼ hora, o hasta que el pan esté hinchado y dorado. Déjelo templar sobre una rejilla. Sírvalo frío o caliente.

179 Pan de queso y dátiles

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *45 minutos* **PARA** *1 pan (para 8-10 raciones)*

225 g de harina con levadura incorporada
una pizca de sal
55 g de mantequilla a dados
115 g de dátiles secos finamente picados
85 g de queso cheddar o gruyère curado finamente rallado
2 huevos
150 ml de leche

1 Caliente el horno a 190 °C. Unte con mantequilla un molde de 900 g para pan y resérvelo. Tamice la harina y la sal en un cuenco y amase ligeramente con la mantequilla hasta que la mezcla adquiera la consistencia de unas migas. Mezcle con 70 g del queso y los dátiles.
2 Bata los huevos y la leche y agréguelos a la mezcla de dátiles.
3 Vierta la mezcla en el molde y nivele la superficie. Espolvoree con el resto del queso.
4 Hornee el pan durante 45 minutos o hasta que esté hinchado y dorado. Déjelo templar sobre una rejilla. Sírvalo caliente o frío cortado en rebanadas.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Retire la varilla de amasar de la máquina. Unte con mantequilla y forre la base y las paredes del recipiente interno. Siga la receta, luego coloque la mezcla en el molde preparado y nivele la superficie. Seleccione la opción para hornear y hornee de 45 a 50 minutos. Retírelo de la máquina y déjelo reposar 5 minutos. Colóquelo sobre una rejilla para que se enfríe.*

180 Pan de cerveza

TIEMPO DE PREPARACIÓN *15 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *40 minutos*
PARA *2 panes (cada uno para 10-12 raciones)*

900 g de harina integral
2 cucharadas de levadura en polvo
1 cucharadita de sal
1 cucharada de miel clara
700 ml de cerveza aromática, como, por ejemplo, ale auténtica

1 Caliente el horno a 180 °C. Unte con mantequilla dos moldes de 900 g para pan y resérvelos. Mezcle la harina, la levadura en polvo y la sal en un cuenco grande y agregue la miel y la cerveza sin dejar de remover hasta obtener una masa de textura blanda y húmeda.
2 Introdúzcala en dos moldes y nivele la superficie. Hornee los panes unos 40 minutos o hasta que estén hinchados y dorados y al insertar una aguja en el centro salga limpia.
3 Deje enfriar ligeramente los panes en los moldes, colóquelos en una rejilla metálica y déjelos templar. Sírvalos fríos o calientes cortados en rebanadas.

181 Pan de leche

TIEMPO DE PREPARACIÓN *15 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30-40 minutos*
PARA *1 pan (para 10-12 raciones)*

500 g de harina blanca con levadura incorporada y un poco más para espolvorear
1 cucharadita de sal
40 g de mantequilla a dados
2 cucharaditas de azúcar blanquilla
225 ml de lechey un poco más para glasear
unos 125 ml de agua

1 Caliente el horno a 200 °C. Unte con mantequilla o espolvoree con harina una placa de hornear y resérvela. Tamice la harina y la sal en un cuenco grande, y amase ligeramente con la mantequilla. Mezcle con el azúcar y agregue la leche y el agua para obtener una textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase suavemente. Déle una forma redonda de unos 18 cm de diámetro y coloque sobre la placa. Corte una cruz en la superficie de la masa de 1 cm de profundidad. Unte con leche y espolvoree con harina.
3 Hornee el pan de 30 a 40 minutos o hasta que esté hinchado y dorado. Cúbralo holgadamente con película de aluminio al finalizar la cocción si la superficie se dorara demasiado. Colóquelo en una rejilla para que se temple. Sírvalo caliente o frío cortado en rebanadas o porciones.

182 Pan de maíz campesino

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *45 minutos*
PARA *1 pan (para 10-12 raciones)*

115 g de mantequilla
225 g de harina de maíz y un poco más para espolvorear
225 g de harina blanca con levadura incorporada
½ cucharadita de sal
2 huevos
250 ml de leche
140 g de granos de maíz en lata (peso escurrido)

1 Caliente el horno a 190 °C. Unte con mantequilla un molde de 900 g para pan y resérvelo. Derrita la mantequilla a fuego lento en una sartén, retire del fuego y reserve.
2 Mezcle la harina de maíz, la harina y la sal en un cuenco grande. Separe los huevos y añada las yemas a la mezcla de maíz junto con la mantequilla derretida y la leche, y mezcle hasta obtener una masa de textura bastante blanda y pegajosa.
3 Bata en otro cuenco las claras de huevo hasta que estén firmes. Incorpore las claras a la mezcla de maíz.
4 Introduzca la mezcla en el molde y nivele la superficie. Espolvoree la superficie del pan con un poco de harina o fécula de maíz.
5 Hornee el pan unos 45 minutos o hasta que esté hinchado y dorado. Colóquelo sobre una rejilla metálica para que se temple. Sírvalo caliente o frío cortado en rebanadas.

VARIANTES *Utilice harina integral o harina de avena fina en vez de la de maíz. Añada 1-2 cucharaditas de mezcla de hierbas secas a la harina, si lo desea.*

183 Pan de cebolla, aceitunas y cebollinos

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *35-40 minutos* **PARA** *1 pan (para 8 raciones)*

2 cucharadas de aceite de oliva
2 cebollas finamente picadas
500 g de harina blanca con levadura incorporada
1 cucharadita de sal
una pizca de chile molido
3-4 cucharadas de cebollinos frescos picados
85 g de aceitunas verdes deshuesadas (peso escurrido) finamente picadas
2 huevos
unos 150 ml de leche

1 Caliente el horno a 200 °C. Unte con mantequilla o espolvoree con harina una placa para hornear y resérvela. Caliente el aceite en una sartén, agregue las cebollas y saltéelas a fuego moderado unos 10 minutos o hasta que se ablanden. Retírelas de la sartén y resérvelas.
2 Tamice la harina y la sal en un cuenco grande y mezcle con el chile, los cebollinos, las aceitunas y las cebollas. Añada los huevos y luego mezcle con la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de remover, obtenga una masa de textura blanda, pero no pegajosa.
3 Recoja la masa con las manos y colóquela en la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase suavemente de 1 a 2 minutos. Forme un óvalo o redondel y colóquelo sobre la placa de hornear. Entalle la superficie de la masa, si lo desea, y realice varios cortes en diagonal con un cuchillo afilado.
4 Hornee el pan de 35 a 40 minutos o hasta que haya subido y esté ligeramente dorado. Colóquelo en una rejilla metálica para que se temple. Sírvalo caliente o frío cortado en rebanadas.

VARIANTE *Utilice cebollas rojas en vez de blancas.*

184 Pan rápido de queso y hierbas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *45 minutos* **PARA** *1 pan (para 8 raciones)*

140 g de harina blanca con levadura incorporada
1 cucharadita de sal
140 g de harina de fuerza con levadura incorporada
55 g de mantequilla a dados
115 g de queso cheddar o gruyère curado rallado
1 cucharadita de mostaza en polvo
1 diente de ajo picado
1 ½ cucharadas de perejil fresco picado
1 ½ cucharadas de cebollinos frescos picados
1 huevo batido
unos 150 ml de leche

1. Caliente el horno a 190 °C. Unte con mantequilla o espolvoree con harina una placa de hornear y resérvela. Tamice la harina blanca y la sal en un cuenco grande y, posteriormente, mezcle con la integral. Amase ligeramente con la mantequilla hasta que la mezcla adquiera la apariencia de unas migas finas.
2. Mezcle con el queso, la mostaza en polvo, el ajo y las hierbas picadas. Agregue el huevo y la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de mezclar, obtenga una masa de textura blanda, pero no pegajosa.
3. Amase suavemente sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y luego forme un círculo de 18 cm de diámetro.
4. Colóquelo sobre la placa de hornear, hornee unos 45 minutos o hasta que esté hinchado y dorado. Póngalo en una rejilla metálica para que se temple. Sírvalo caliente o frío cortado o bien en rebanadas o bien en porciones.

185 Pan de queso y apio

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *45 minutos* **PARA** *1 pan (para 8-10 raciones)*

225 g de harina con levadura incorporada
una pizca de sal
25 g de mantequilla a dados
1 tallo grande de apio finamente picado
1 diente de ajo picado
1 cucharadita de semillas de alcaravea
115 g de queso cheddar o gruyère curado rallado
1 huevo batido
unos 150 ml de leche y un poco más para glasear

1. Caliente el horno a 190 °C. Unte con mantequilla un molde de 450 g para pan y resévelo. Tamice la harina y la sal en un cuenco, y amase con la mantequilla hasta obtener una especie de migas. Mezcle con el apio, el ajo, 85 g de queso y las semillas de alcaravea. Practique un hueco en el centro, agregue el huevo y la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de mezclar, obtenga una masa de una textura blanda.
2. Amase suave y rápidamente sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina, forme un óvalo e introdúzcalo en el molde. Pinte la superficie del pan con leche y espolvoree con el resto del queso.
3. Hornee el pan unos 45 minutos o hasta que esté hinchado y dorado. Colóquelo en una rejilla metálica para que se temple. Sírvalo frío o caliente cortado en rebanadas y úntelo con mantequilla.

VARIANTES *Utilice harina integral con levadura incorporada en vez de la harina blanca.*

186 Pan de apio y nueces

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *45-60 minutos*
PARA *1 pan (para 8-10 raciones)*

225 g de harina con levadura incorporada
1 cucharadita de levadura en polvo
55 g de mantequilla a dados
2 tallos de apio finamente picados
55 g de nueces finamente picadas
85 g de queso cheddar o gruyère rallado
sal marina y pimienta negra
1 huevo batido
unas 4 cucharadas de leche

1 Caliente el horno a 190 °C. Unte con mantequilla un molde de 450 g para pan o una placa de hornear y reserve. Tamice la harina y la levadura en polvo en un cuenco y amase ligeramente con la mantequilla hasta que la mezcla adquiera la textura de unas migas de pan.

2 Mezcle bien con el apio, las nueces, el queso y las especias. Agregue el huevo y la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de mezclar, obtenga una masa de textura blanda pero no pegajosa. Viértala sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase suavemente hasta que adquiera una textura homogénea.

3 Dé a la masa forma ovoidal y colóquela en el molde, o déle forma redonda y colóquela sobre la placa.

4 Hornee el pan de 45 a 60 minutos o hasta que esté hinchado y dorado. Colóquelo en una rejilla metálica para que se temple. Sírvalo caliente o frío cortado en rebanadas y extienda mantequilla por encima.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Retire la varilla de amasar del recipiente. Unte con mantequilla y forre la base y las paredes del recipiente. Siga la receta como se ha indicado y luego vierta la preparación en el recipiente preparado y nivele la superficie. Seleccione la opción para hornear y hornee de 45 a 50 minutos. Retírelo de la máquina y déjelo reposar 5 minutos. Colóquelo sobre una rejilla para que se enfríe.*

187 Pan de hierbas y parmesano

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *25-30 minutos*
PARA *1 pan (para 10-12 raciones)*

400 g de harina blanca y un poco más para espolvorear
2 cucharaditas de bicarbonato sódico
1 cucharadita de sal
25 g de mantequilla a dados
85 g de queso parmesano finamente rallado
2 cucharaditas de azúcar blanquilla
1 diente de ajo picado
1 cucharada de hierbas secas de Provenza
unos 400 ml de suero

1 Caliente el horno a 200 °C. Unte con mantequilla o espolvoree con harina una placa de hornear y resérvela. Tamice la harina, el bicarbonato sódico y la sal en un cuenco grande y, posteriormente, amase ligeramente con la mantequilla. Mezcle con el parmesano, el azúcar, el ajo y las hierbas secas y luego agregue poco a poco la cantidad de suero suficiente para que, sin dejar de mezclar, obtenga una masa de textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase suavemente. Divida la masa por la mitad y enrolle cada porción de masa hasta que adquiera una forma de cuerda de unos 30 cm de longitud. Extienda las cuerdas una al lado de la otra y presione los extremos superiores para unirlos. Trence cuidadosamente las dos cuerdas de masa, una alrededor de la otra y oculte los extremos inferiores por debajo para sellarla.

3 Coloque el pan trenzado en la placa de hornear y espolvoree con un poco de harina tamizada. Hornee de 25 a 30 minutos o hasta que el pan esté hinchado y dorado. Colóquelo en una rejilla para que se temple. Sírvalo caliente o frío cortado en rebanadas.

188 Tirabuzones de gruyère

TIEMPO DE PREPARACIÓN *15 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *12-15 minutos* **PARA** *unos 32 tirabuzones*

85 g de harina blanca
40 g de mantequilla a dados
55 g de queso gruyère finamente rallado
½ cucharadita de mostaza en polvo
1 huevo batido

1 Caliente el horno a 180 °C. Unte con mantequilla 2 placas para hornear y resérvelas. Tamice la harina sobre un cuenco y amase ligeramente con la mantequilla hasta obtener una especie de migas. Mezcle con el queso y la mostaza y, posteriormente, añada la cantidad suficiente de huevo batido para obtener una masa de textura blanda.

2 Amase suavemente hasta que la masa adquiera una textura homogénea. Extiéndala sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y forme un rectángulo de aproximadamente 40 x 13 cm. Pinte ligeramente la superficie de la masa con el resto del huevo batido.

3 Corte la masa en finas tiras horizontales de 1 cm de anchura, tuérzalas y colóquelas sobre las placas de hornear, dejando un poco de espacio entre ellas.

4 Hornee los tirabuzones de queso de 12 a 15 minutos o hasta que estén dorados. Colóquelos cuidadosamente en una rejilla metálica para que se templen. Sírvalos calientes o fríos.

VARIANTES *Para conseguir más sabor y una textura crujiente, espolvoree los tirabuzones no horneados con semillas de sésamo o amapola. Utilice cheddar curado o emmental en vez del gruyère.*

189 Palitos de sésamo y parmesano

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15-20 minutos* **PARA** *unos 36 palitos*

115 g de harina blanca con levadura incorporada
¼ de cucharadita de sal
1 cucharadita de mostaza en polvo
115 g de harina integral con levadura incorporada
40 g de mantequilla a dados
55 g de queso parmesano rallado
1 huevo batido
unos 100 ml de leche y un poco más para glasear
1 ½ cucharadas de semillas de sésamo

1 Caliente el horno a 180 °C. Unte con mantequilla 2 placas para hornear y resérvelas. Tamice la harina blanca, la sal y la mostaza en un cuenco y mezcle con la harina integral. Amase ligeramente la mezcla de harinas con la mantequilla. Mezcle con el parmesano, y agregue el huevo y la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de mezclar, obtenga una masa de textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina. Extiéndala formando un cuadrado de 23 cm de lado. Pula los bordes de forma que queden rectos, pinte ligeramente la masa con leche y esparza por encima las semillas de sésamo de forma homogénea.

3 Corte limpiamente el cuadrado de pasta por la mitad, y luego cada trozo en tiras horizontales de 1 cm de ancho. Retuerza las tiras y colóquelas sobre las placas, dejando un poco de espacio entre ellas. Presione ligeramente ambos extremos de los palitos para que no se deformen durante la cocción.

4 Hornee los palitos de 15 a 20 minutos, o hasta que estén dorados y crujientes. Déjelos templar sobre las placas unos pocos minutos y colóquelos luego sobre una rejilla metálica. Sírvalos fríos o calientes. Consérvelos en un recipiente hermético.

VARIANTES *Utilice queso gruyere o emmental en vez del parmesano. Emplee semillas de amapola en lugar de las semillas de sésamo.*

190 Tirabuzones de jamón y mostaza

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15-20 minutos* **PARA** *unos 36 tirabuzones*

225 g de harina blanca con levadura incorporada
¼ cucharadita de sal
40 g de mantequilla a dados
4 cucharaditas de mostaza en grano
85 g de jamón magro ahumado finamente picado
1 huevo batido
unos 90 ml de leche y un poco más para glasear

1 Caliente el horno a 180 °C. Unte con mantequilla dos placas para hornear y resérvelas. Tamice la harina y la sal en un cuenco, y amase ligeramente con la mantequilla. Mezcle con el jamón picado y la mostaza y añada al huevo la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de mezclar, obtenga una masa de textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase suavemente. Extiéndala formando un cuadrado de 23 cm de lado. Recorte los extremos para que queden rectos y pinte ligeramente la masa con leche para glasearla.

3 Corte el cuadrado de masa limpiamente por la mitad y luego seccione cada mitad en tiras horizontales de 1 cm de ancho. Retuerza las tiras y colóquelas sobre las placas de hornear dejando un poco de espacio entre cada una. Presione los extremos de los tirabuzones ligeramente hacia abajo para que no se deformen durante el horneado.

4 Hornee los tirabuzones de 15 a 20 minutos o hasta que estén ligeramente dorados y crujientes. Déjelos templar sobre una placa de hornear unos minutos y luego colóquelos en una rejilla metálica. Sírvalos calientes o fríos.

191 Molinillos de jamón y espinacas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *10-15 minutos* **PARA** *unos 14 molinillos*

225 g de harina blanca con levadura incorporada
1 cucharadita de levadura en polvo
una pizca de sal
55 g de mantequilla a dados
unos 150 ml de leche
1 cucharada de mostaza de Dijon
85 g de lonchas de jamón cocido magro (ahumado o al natural) picado
25 g de hojas de espinacas pequeñas a trozos
85 g de queso gruyère rallado

1 Caliente el horno a 220º C. Unte con mantequilla dos placas para hornear y resérvelas. Tamice la harina, la levadura en polvo y la sal en un cuenco y amase ligeramente con la mantequilla hasta obtener una mezcla parecida a unas migas. Practique un hueco en el centro, y mezcle con la cantidad de leche suficiente para obtener una masa de textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase suavemente. Extiéndala formando un rectángulo de aproximadamente 30 x 23 cm. Extienda la mostaza sobre la masa.

3 Mezcle el jamón, las espinacas y el queso y distribuya homogeneamente esta mezcla sobre la masa. Enrolle la masa bien apretada empezando por un extremo alargado, como si se tratara de un brazo de gitano. Recorte los extremos del final y deséchelos. Luego corte el rollo en 14 trozos regulares.

4 Coloque los trozos sobre las placas de hornear y deje un poco de espacio entre ellos. Hornee de 10 a 15 minutos, o hasta que los molinillos estén hinchados y dorados. Colóquelos en una rejilla metálica para que se templen y sírvalos calientes o fríos.

VARIANTES *Utilice pesto rojo o verde en vez de mostaza. Emplee parmesano en lugar de gruyère.*

192 Triángulos de queso caliente

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *10 minutos* **PARA** *8-10 triángulos*

115 g de harina blanca con levadura incorporada
una pizca de sal
1 cucharadita de levadura en polvo
1 cucharadita de mostaza en polvo
115 g de harina integral con levadura incorporada
25 g de mantequilla a dados
115 g de queso mimolette rallado
unos 150 ml de leche y un poco más para glasear

1 Caliente el horno a 220 °C. Unte con mantequilla o espolvoree con harina una placa de hornear grande y resérvela. Tamice la harina blanca, la sal y la levadura en polvo en un cuenco y mezcle con la harina integral y la mostaza.

2 Amase ligeramente la mezcla de harinas con la mantequilla hasta que la mezcla adquiera la textura de unas migas. Practique un hueco en el centro y luego mezcle con la cantidad de leche suficiente para obtener una masa de textura blanda.

3 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase suavemente; luego extiéndala con el rodillo dándole 2,5 cm de grosor. Córtela en triángulos regulares. Colóquelos sobre la placa dejando un poco de espacio entre ellos. Pinte las superficies con leche y luego espolvoree con el resto del queso.

4 Hornee los triángulos unos 10 minutos, o hasta que estén bien hinchados y dorados. Colóquelos en una rejilla metálica para que se templen. Sírvalos calientes o fríos.

VARIANTE *Utilice queso emmental o gruyère.*

193 Espirales de pesto

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *12-15 minutos* **PARA** *unos 20 espirales*

225 g de harina blanca con levadura incorporada
1 cucharadita de levadura en polvo
1 cucharadita de mostaza en polvo
una pizca de sal
unas vueltas de molinillo de pimienta negra recién molida
55 g de mantequilla a dados
1 huevo batido
3-4 cucharadas de leche
5 cucharadas de pesto verde preparado
85 g de queso parmesano finamente rallado

1 Caliente el horno a 200 °C, gas 6. Unte con mantequilla dos placas para hornear y resérvelas. Tamice la harina, la levadura y la mostaza en un cuenco. Mezcle con la sal y la pimienta; luego amase ligeramente con la mantequilla hasta obtener una especie de migas.

2 Practique un hueco en el centro, agregue el huevo y la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de mezclar, obtenga una masa de textura blanda. Viértala sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase suavemente.

3 Extienda la masa formando un rectángulo de aproximadamente 35 x 25 cm. Extienda la salsa pesto por encima hasta que llegue casi hasta los bordes y luego espolvoree con el parmesano distribuyéndolo homogéneamente. Enrolle la masa a partir de un extremo alargado, de forma apretada, como si se tratara de un brazo de gitano y luego córtelo en rodajas de 1,5 cm de grosor utilizando un cuchillo afilado.

4 Coloque los espirales sobre las placas, dejando un poco de espacio entre ellos. Horneélos de 12 a 15 minutos, o hasta que estén dorados. Colóquelos a una rejilla metálica para que se templen. Sírvalos calientes o fríos.

VARIANTE *Una vez haya cortado y colocado los espirales sobre las placas, espolvoréelos con queso o semillas de sésamo, si lo desea.*

194 Cuadrados de queso y piña

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *10 minutos* **PARA** *unos 10-12 cuadrados*

225 g de harina integral con levadura incorporada
1 cucharadita de levadura en polvo
una pizca de sal
40 g de mantequilla a dados
1 cucharadita de mostaza en polvo
85 g de queso cheddar o gruyère curado finamente rallado
55 g de piña deshidratada finamente picada
unos 150 ml de leche y un poco más para glasear

1 Caliente el horno a 220 °C. Unte con mantequilla o espolvoree con harina una placa de hornear grande y resérvela. Mezcle la harina, la levadura y la sal en un cuenco y amase ligeramente con la mantequilla hasta obtener una especie de migas finas. Mezcle con la mostaza, el queso y la piña seca y agregue la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de mezclar, obtenga una masa de textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase suavemente. Extiéndala ligeramente dándole unos 2 cm de grosor. Córtela con un cuchillo afilado en cuadrados de 5 cm de lado y colóquelos sobre la placa de hornear, dejando un poco de espacio entre cada uno.

3 Pinte las superficies con la leche y hornee unos 10 minutos, o hasta que los cuadrados estén bien hinchados y dorados. Colóquelos en una rejilla metálica para que se enfríen. Sírvalos calientes o fríos.

VARIANTE *Utilice peras deshidratadas u orejones de albaricoques en vez de la piña. Emplee un huevo batido en lugar de parte de la leche, si lo desea.*

195 Bollos de tomate y albahaca

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *20 minutos* **PARA** *8 bollos*

225 g de harina blanca con levadura incorporada
una pizca de sal
1 cucharadita de levadura en polvo
40 g de mantequilla en dados
55 g de tomates secados al sol bien escurridos, secos y finamente picados
2 cucharadas de albahaca fresca picada
unos 125 ml de leche
1 huevo batido

1 Caliente el horno a 200 °C. Unte con mantequilla un molde profundo de base desmontable de 18 cm de diámetro y resérvelo. Tamice la harina, la sal y la levadura en polvo en un cuenco y, posteriormente, amase ligeramente con la mantequilla. Mezcle con los tomates picados y la albahaca y luego agregue la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de mezclar, obtenga una masa de textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase suavemente. Divídala en 8 porciones iguales y extienda cada una en forma de bola. Casque el huevo en un cuenco pequeño y bátalo con un tenedor.

3 Pase las bolas de masa por el huevo batido para que queden ligeramente recubiertas y luego colóquelas formando una sola capa en el molde, aplanándolas ligeramente.

4 Hornee los panecillos unos 20 minutos o hasta que estén hinchados y dorados. Déjelos templar en el molde unos minutos y, posteriormente, colóquelos invertidos sobre una rejilla metálica. En el momento de servir, separe los bollos. Sírvalos calientes o fríos.

VARIANTES *Utilice aceitunas negras deshuesadas en vez de los tomates secados al sol. Emplee hierbas frescas variadas en lugar de la albahaca.*

196 Pan de bacon y stilton

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *25-30 minutos* **PARA** *16 panes*

450 g de harina blanca con levadura incorporada
¼ cucharadita de sal
2 cucharaditas de levadura en polvo
85 g de mantequilla a dados
1 huevo batido
unos 200 ml de leche
15 g de mantequilla derretida
115 g de bacon magro cocido y frío finamente picado
115 g de queso stilton desmenuzado
huevo batido para glasear

1 Caliente el horno a 200 °C. Unte con mantequilla un molde redondo profundo de 25 cm de diámetro y resérvelo. Tamice la harina, la sal y la levadura en polvo en un cuenco grande y amase ligeramente con la mantequilla a dados. Agregue el huevo y la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de mezclar, obtenga una masa de textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase suavemente. Luego extienda la masa formando un rectángulo de 40 x 28 cm. Píntelo ligeramente con la mantequilla derretida. Esparza homogéneamente por encima el bacon picado y luego el queso desmenuzado.

3 Empezando por un lado alargado, enrolle la masa bien apretada como si se tratara de un brazo de gitano. Córtela en 16 trozos iguales y colóquelos en el molde con la cara cortada hacia arriba y formando un círculo, de forma que se toquen unos con otros.

4 Pinte la superficie de los espirales con huevo batido y luego hornee de 25 a 30 minutos o hasta que estén hinchados y dorados. Déjelos templar en el molde, y colóquelos sobre una rejilla. Sírvalos calientes o fríos.

VARIANTES *Utilice jamón ahumado magro, chorizo o panceta cocidos en vez de bacon. Emplee otro queso azul, como el danés, el roquefort o el cabrales en lugar del stilton.*

197 «Scones» al horno

TIEMPO DE PREPARACIÓN *15 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *10 minutos* **PARA** *unos 8* scones

225 g de harina blanca con levadura incorporada
una pizca de sal
1 cucharadita de levadura en polvo
40 g de mantequilla a dados
unos 150 ml de leche
huevo batido para glasear

1 Caliente el horno a 220 °C. Unte con mantequilla o espolvoree con harina una placa de hornear grande y resérvela. Tamice la harina, la sal, y la levadura en un cuenco y amase ligeramente con la harina hasta que la mezcla adquiera la textura de unas migas finas. Mezcle con la cantidad de leche suficiente para obtener una masa de textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase suavemente. Extienda la masa, de manera que tenga 2 cm de grosor. Córtela en circulos con la ayuda de un cortapastas liso o acanalado. Coloque los círculos sobre la placa de hornear, dejando un poco de espacio entre cada uno de ellos.

3 Pinte las superficies con huevo batido o leche y luego hornee 10 minutos o hasta que estén hinchados y dorados. Colóquelos en una rejilla para que se enfríen. Sírvalos calientes o fríos.

VARIANTES *Añada a la harina 25 g de azúcar blanquilla y la cáscara finamente rallada de 1 limón, si lo desea. Sustituya la midad de la harina blanca por harina integral con levadura incorporada.*

198 Mini «scones» al parmesano

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *8-10 minutos* **PARA** *unos 32 mini* scones

225 g de harina blanca con levadura incorporada
una pizca de sal
25 g de mantequilla a dados
1 huevo batido
115 g de queso parmesano rallado
unos 100 ml de leche y un poco más para glasear
1 cucharada de semillas de sésamo (opcional)

1. Caliente el horno a 220 °C. Unte con mantequilla o espolvoree con harina dos placas para hornear y resérvelas. Tamice la harina y la sal en un cuenco y, posteriormente, amase ligeramente con la mantequilla hasta que la mezcla adquiera la textura de unas migas finas. Mezcle con 85 g de queso, agregue el huevo y la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de mezclar, obtenga una masa de textura blanda.
2. Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina, amase y extiéndala dándole 1 cm de grosor. Córtela en círculos o cuadrados utilizando un cortapastas de 2,5 cm o un cuchillo. Coloque los trozos sobre las placas dejando un poco de espacio entre ellos.
3. Pinte las superficies con leche, luego mezcle el resto del queso y las semillas de sésamo, en caso de emplearlas, y esparza por encima.
4. Hornee los *scones* de 8 a 10 minutos, o hasta que estén bien hinchados y dorados. Colóquelos en una rejilla metálica para que se enfríen. Sírvalos calientes o fríos.

199 «Scones» de suero

TIEMPO DE PREPARACIÓN *15 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *10 minutos* **PARA** *unos 8* scones

225 g de harina blanca con levadura incorporada
una pizca de sal
1 cucharadita de levadura en polvo
25 g de mantequilla a dados
unos 150 ml de suero
huevo batido para glasear

1. Caliente el horno a 220 °C. Unte con mantequilla o espolvoree con harina una placa de hornear grande y resérvela. Tamice la harina, la sal y la levadura en polvo en un cuenco y amase ligeramente con la mantequilla hasta que la mezcla adquiera la textura de unas migas. Mezcle con el suero para obtener una masa de textura blanda.
2. Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase suavemente. Posteriormente extiéndala dándole 2 cm de grosor. Corte la masa en círculos con la ayuda de un cortapastas liso o acanalado de 6 cm. Colóquelos espaciados unos de otros sobre la placa.
3. Pinte las superficies con el huevo batido o la leche y hornee unos 10 minutos, o hasta que estén bien hinchados y dorados. Colóquelos en una rejilla para que se templen. Sírvalos calientes o frios.

200 «Scones» de queso y pera

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *10 minutos* **PARA** *unos 12-14* scones

175 g de harina integral
55 g de sémola de trigo
una pizca de sal
2 cucharaditas de levadura en polvo
40 g de mantequilla a dados
115 g de queso cheddar curado rallado
140 g de peras deshidratadas finamente picadas
unos 150 ml de leche y un poco más para glasear

1. Caliente el horno a 220 °C. Unte con mantequilla o espolvoree con harina una placa de hornear grande y resérvela. Mezcle en un cuenco la harina, la sémola, la sal y la levadura en polvo, y amase ligeramente con la mantequilla hasta obtener una textura de migas. Mezcle con 85 g de queso y las peras y luego agregue la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de mezclar, obtenga una masa de textura blanda.
2. Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase suavemente. Extiéndala dándole 2 cm de grosor. Con la ayuda de un cortapastas liso de 5 cm corte la masa en círculos y colóquelos sobre la placa, dejando un poco de espacio entre ellos.
3. Pinte la superficie con la leche y espolvoree con el resto del queso. Hornee 10 minutos. Colóquelos en una rejilla metálica para que se templen. Sírvalos calientes o fríos.

201 «Scones» integrales de queso

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15-20 minutos* **PARA** *6-8* scones

225 g de harina integral
1 cucharada de levadura en polvo
una pizca de sal
una pizca generosa de pimienta de cayena
40 g de mantequilla a dados
140 g de queso cheddar curado finamente rallado
unos 150 ml de leche y un poco más para glasear

1 Caliente el horno a 200 °C. Unte con mantequilla una placa para hornear y resérvela. Mezcle la harina, la levadura, la sal y la pimienta de cayena en un cuenco y amase ligeramente con la mantequilla hasta que la mezcla adquiera la textura de unas migas. Incorpore, sin dejar de remover, 115 g de queso, y luego añada la la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de mezclar, obtenga una masa de textura blanda.

2 Amase suavemente y luego extienda la masa con el rodillo o las manos dándole unos 2-2,5 cm de grosor. Córtela en círculos de 6-7,5 cm con un cortapastas liso o acanalado. Coloque los *scones* sobre la placa de hornear, dejando un poco de espacio entre ellos.

3 Pinte la superficie con leche y espolvoree con el resto del queso. Hornéelos de 15 a 20 minutos, o hasta que estén hinchados y dorados. Colóquelos en una rejilla para que se templen. Puede servirlos calientes o fríos.

202 «Scones» de frutas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *8-10 minutos* **PARA** *unos 10* scones

225 g de harina blanca
4 cucharaditas de levadura en polvo
una pizca de sal
55 g de mantequilla a dados
25 g de azúcar blanquilla
55 g de sultanas
1 huevo batido
unos 100 ml de leche y un poco más para glasear

1 Caliente el horno a 220°C. Unte con mantequilla o espolvoree con harina una placa grande para hornear y resérvela. Tamice la harina, la levadura en polvo y la sal en un cuenco y, posteriormente, amase ligeramente con la mantequilla hasta que la mezcla adquiera el aspecto de unas migas. Mezcle con el azúcar y las sultanas y luego incorpore el huevo y la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de mezclar, obtenga una masa de textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase suavemente; luego extiéndala dándole 2 cm de grosor. Córtela en círculos con un cortapastas de 5 cm liso o acanalado. Coloque los *scones* sobre la placa para hornear, dejando un poco de espacio entre cada uno y luego pinte las superficies con leche.
3 Hornee los *scones* de 8 a 10 minutos o hasta que estén bien hinchados y dorados. Colóquelos en una rejilla metálica para que se enfríen. Sírvalos calientes o fríos.

VARIANTE *Añada 1 cucharadita de mezcla de especias molidas o canela a la harina, si lo desea.*

203 «Scones» integrales de frutas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *10 minutos* **PARA** *unos 10* scones

115 g de harina blanca con levadura incorporada
una pizca de sal
1 cucharadita de levadura en polvo
115 g de harina integral con levadura incorporada
55 g de mantequilla a dados
25 g de azúcar blanquilla
55 g de pasas
unos 150 ml de leche y un poco más para glasear

1 Caliente el horno a 220 °C. Unte con mantequilla o espolvoree con harina una placa grande para hornear y resérvela. Tamice la harina, la sal y la levadura en polvo en un cuenco, y mezcle con la harina integral. Amase ligeramente con la mantequilla hasta que la mezcla adquiera una textura semejante a unas migas. Luego agregue la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de mezclar, obtenga una masa de textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase suavemente; luego extiéndala dándole 2 cm de grosor. Córtela en círculos utilizando un cortapastas liso o acanalado de 5 cm. Coloque los *scones* sobre la placa de hornear, dejando un poco de espacio entre ellos y luego pinte la superficie con leche.
3 Hornee los *scones* unos 10 minutos o hasta que estén hinchados y dorados. Colóquelos en una rejilla metálica para que se enfríen. Sírvalos calientes o fríos.

VARIANTES *Utilice sultanas u orejones de albaricoques en vez de las pasas. Emplee suero en lugar de leche.*

204 «Scone» de manzana y canela

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *25-30 minutos* **PARA** *8* scones

115 g de harina blanca con levadura incorporada
una pizca de sal
1 cucharadita de levadura en polvo
115 g de harina integral con levadura incorporada
40 g de mantequilla a dados
55 g de azúcar moreno blando
1 cucharadita de canela molida
1 manzana mediana para cocer (unos 300 g), pelada, sin corazón y rallada
3-4 cucharadas de leche y un poco más para glasear
1 cucharada de azúcar demerara

1 Caliente el horno a 200 °C. Unte con mantequilla o espolvoree con harina una placa de hornear y resérvela. Tamice la harina, la sal y la levadura en polvo en un cuenco y mezcle con la harina integral. Amase ligeramente con la mantequilla hasta que la mezcla adquiera la textura de unas migas finas.

2 Remueva con el azúcar moreno y la canela; luego añada la manzana rallada y mezcle a fondo. Incorpore la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de remover, obtenga una masa blanda pero no pegajosa.

3 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina, amase ligeramente y forme, a continuación, un círculo de 18 cm.

4 Coloque el círculo de *scone* sobre la placa de hornear, pinte la superficie con la leche y espolvoree con el azúcar demerara. Con la ayuda de un cuchillo afilado, practique 8 entallas bastante profundas sobre la superficie del *scone*.

5 Hornee el *scone* de 25 a 30 minutos o hasta que esté bien hinchado y dorado. Colóquelo en una rejilla metálica para que se enfríe. Córtelo en porciones y sírvalo frío o caliente.

VARIANTE *Utilice una mezcla de especias molidas o jengibre en lugar de la canela.*

205 Corona de «scone» de queso y frutas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15-20 minutos* **PARA** *12* scones

225 g de harina blanca con levadura incorporada
25 g de mantequilla a dados
25 g de azúcar blanquilla
unos 150 ml de leche
85 g de sultanas
115 g de queso cheddar

1 Caliente el horno a 200 °C. Espolvoree con harina una placa de hornear y resérvela. Tamice la harina sobre un cuenco y amásela ligeramente con la mantequilla hasta que la mezcla adquiera la textura de unas migas finas. Mezcle con el azúcar y añada la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de mezclar, obtenga una masa de textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y extiéndala formando un rectángulo de unos 30 x 20 cm. Esparza homogéneamente por encima las sultanas y 85 g de queso. Empezando por un lado alargado, enrolle la masa bien apretada como si se tratara de un brazo de gitano.

3 Coloque la masa sobre la placa de hornear y forme una corona. Presione los extremos para sellarlos. Corte la masa con un cuchillo afilado a intervalos de 2,5 cm pero sin alcanzar el centro de la misma. Doble los cortes de forma que las caras cortadas queden hacia arriba y luego espolvoréelas con el resto del queso.

4 Hornee la corona de 15 a 20 minutos o hasta que esté hinchada y dorada. Colóquela en una rejilla metálica para que se enfríe. Sírvala fría o caliente.

VARIANTE *Utilice orejones de albaricoques o peras deshidratadas en vez de las sultanas. Emplee otro queso, como el emmental, en vez del cheddar.*

206 «Scones» de albaricoque y manzana

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *25-30 minutos* **PARA** *8* scones

225 g de harina integral
una pizca de sal
2 cucharaditas de levadura en polvo
1 cucharadita de canela molida
55 g de mantequilla a dados
25 g de azúcar moreno blando
85 g de orejones de albaricoques finamente picados
1 manzana mediana, de unos 300 g, pelada, sin corazón y rallada a grandes trozos
3-4 cucharadas de leche y un poco más para glasear
1 cucharada de azúcar granulado

1 Caliente el horno a 200 °C. Unte con mantequilla o espolvoree con harina una placa para hornear y resérvela. Mezcle la harina, la sal, la levadura en polvo y la canela en un cuenco y amase ligeramente con la mantequilla hasta que la mezcla adquiera la textura de unas migas. Mezcle con el azúcar moreno, los albaricoques, la manzana y la cantidad de leche suficiente para obtener una masa de textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase suavemente; luego forme un círculo de 18 cm de diámetro. Colóquelo sobre la placa de hornear, pinte con leche y espolvoree con el azúcar granulado. Entalle la superficie del *scone* con un cuchillo afilado formando 8 triángulos y cortando a bastante profundidad.

3 Hornee el *scone* de 25 a 30 minutos o hasta que esté hinchado y dorado. Colóquelo en una rejilla para que se enfríe. Sepárelo en triángulos y sírvalo caliente o frío.

VARIANTES *Utilice la mitad de harina integral y la mitad de blanca en vez de toda la harina integral. Emplee una mezcla de especias molidas en lugar de la canela. Utilice arándanos secos en vez de los albaricoques.*

207 «Scones» de fresas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *15 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *8-10 minutos* **PARA** *12* scones

225 g de harina integral con levadura incorporada
1 cucharadita de levadura en polvo
una pizca de sal
55 g de mantequilla a dados
25 g de azúcar blanquilla
100 g de fresas picadas
unos 125 ml de leche y un poco más para glasear
confitura de fresas y crema batida o crema ácida para acompañar

1 Caliente el horno a 220 °C. Unte con mantequilla o espolvoree con harina una placa para hornear y resérvela. Introduzca la harina, la levadura y la sal en un cuenco grande y mezcle sin dejar de remover. Luego amase ligeramente con la mantequilla hasta que la mezcla adquiera la textura de unas migas. Mezcle con el azúcar y las fresas y añada la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de mezclar, obtenga una masa de textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase suavemente y luego extiéndala ligeramente dándole 2 cm de grosor. Corte 12 círculos utilizando un cortapastas de 5 cm y colóquelos sobre una placa, dejando un poco de espacio entre ellos. Pinte la superficie con leche para glasearlos.

3 Hornee los *scones* de 8 a 10 minutos, o hasta que estén bien hinchados y dorados. Colóquelos en una rejilla metálica para que se enfríen. En el momento de servirlos, córtelos por la mitad, úntelos con mantequilla, si lo desea, y cúbralos con confitura y crema. Sírvalos calientes o fríos.

VARIANTES *Utilice 115 g de harina blanca con levadura incorporada en vez de la mitad de la integral. Para conferir a los* scones *un sabor especiado, agregue 1 cucharadita de canela molida a la harina al comenzar la elaboración de la receta.*

208 Mini «scones» de albaricoque

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *8-10 minutos* **PARA** *unos 32 mini* scones

225 g de harina blanca con levadura incorporada
1 cucharadita de levadura en polvo
una pizca de sal
55 g de mantequilla derretida
85 g de orejones de albaricoques finamente picados
unos 150 ml de leche

1 Caliente el horno a 220 °C. Unte con mantequilla o espolvoree con harina 2 placas para hornear y resérvelas. Tamice la harina, la levadura en polvo y la sal en un cuenco y, posteriormente, amase ligeramente con la mantequilla hasta que la mezcla adquiera la textura de unas migas finas. Mezcle con los albaricoques. Practique un hueco en el centro y agregue la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de mezclar, obtenga una masa de textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase suavemente; luego extiéndala dándole 1 cm de grosor. Córtela en círculos o en formas con la ayuda de un cortapastas de 2,5 cm o un cuchillo afilado. Coloque los círculos sobre las placas.

3 Hornee los *scones* de 8 a 10 minutos, o hasta que estén bien hinchados y dorados. Colóquelos en una rejilla metálica para que se templen. Sírvalos fríos o calientes.

209 Triángulos de «scones» de frutas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *25-30 minutos* **PARA** *8* scones

225 g de harina blanca con levadura incorporada
1 cucharadita de levadura en polvo
una pizca de sal
55 g de mantequilla a dados
25 g de azúcar blanquilla
55 g de sultanas
55 g de peras deshidratadas finamente picadas
unos 150 ml de leche

1 Caliente el horno a 200 °C. Unte con mantequilla o espolvoree con harina una placa de hornear y resérvela. Tamice la harina, la levadura y la sal en un cuenco y, posteriormente, amase ligeramente con la mantequilla hasta que la mezcla adquiera la textura de unas migas. Incorpore, sin dejar de remover, el azúcar, las sultanas y las peras, y luego añada la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de mezclar, obtenga una masa de textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase suavemente; luego forme con ella un círculo de 18 cm de diámetro. Coloque el círculo sobre la placa de hornear. Con la ayuda de un cuchillo afilado, entalle la superficie del círculo formando 3 triángulos del mismo tamaño, y cortando la masa a bastante profundidad.

3 Hornee el *scone* de 25 a 30 minutos. Colóquelo en una rejilla metálica para que se temple.

210 «Scones» de cerezas y coco

TIEMPO DE PREPARACIÓN *15 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *8-10 minutos* **PARA** *10-12* scones

115 g de harina con levadura incorporada
una pizca de sal
1 cucharadita de levadura en polvo
115 g de harina integral con levadura
25 g de mantequilla a dados
25 g de azúcar moreno blando
55 g de cerezas confitadas picadas
55 g de coco seco
unos 150 ml de leche y un poco más para glasear

1 Caliente el horno a 200 °C. Unte con mantequilla o espolvoree con harina una placa para hornear y resérvela. Tamice la harina blanca, la sal y la levadura en polvo en un cuenco y mezcle luego con la harina integral. Amase ligeramente con la mantequilla hasta que la mezcla adquiera la textura de unas migas y luego mezcle con el azúcar, las cerezas y el coco. Practique un hueco en el centro y agregue la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de mezclar, obtenga una masa de textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina y amase suavemente. Luego extiéndala con el rodillo dándole 2 cm de grosor. Corte en círculos con un cortapastas redondo de 5 cm. Coloque los círculos espaciados sobre la placa de hornear y pinte la superficie con la leche.

3 Hornee los *scones* de 8 a 10 minutos o hasta que estén bien hinchados y dorados. Colóquelos en una rejilla metálica para que se templen. Sírvalos calientes o fríos.

211 Pan de arándanos negros

TIEMPO DE PREPARACIÓN *15 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *20-25 minutos* **PARA** *8 panes*

225 g de harina integral con levadura incorporada
una pizca de sal
1 cucharadita de levadura en polvo
1 cucharadita de canela molida
55 g de mantequilla a dados
55 g de azúcar blanquilla
115 g de arándanos frescos, lavados y completamente secos
4 cucharadas de crema agria
unos 125 ml de leche

1 Caliente el horno a 200 °C. Unte con mantequilla una placa para hornear y resérvela. Mezcle la harina, la sal, la levadura en polvo y la canela en un cuenco y luego amase ligeramente con la mantequilla hasta que la mezcla adquiera la textura de unas migas de pan. Incorpore, sin dejar de mezclar el azúcar y los arándanos y luego agregue la crema agria y mezcle hasta obtener una masa de textura bastante blanda.

2 Amase brevemente sobre la superficie de trabajo espolvoreada con harina y luego forme una círculo de 20 cm. Colóquelo sobre la placa y, con un cuchillo afilado, forme 8 triángulos sin llegar a cortarlos por completo. Corte siempre la masa hacia abajo.

3 Hornee el *scone* de 20 a 25 minutos, o hasta que esté hinchado y dorado. Colóquelo en una rejilla para que se enfríe. Córtelo o rómpalo en porciones y sírvalo caliente o frío.

VARIANTE *Utilice una mezcla de especias molidas en vez de la canela.*

212 Tirabuzones de frutas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15-20 minutos* **PARA** *unos 36 tirabuzones*

225 g de harina blanca con levadura
¼ cucharadita de sal
40 g de mantequilla a dados
2 cucharadas de azúcar blanquilla
1 cucharadita de mezcla de especias molidas o canela
1 huevo batido
115 g de mezcla de frutas deshidratadas tropicales (como piña, papaya y mango) picadas
unos 90 ml de leche y un poco más para glasear

1 Caliente el horno a 180 °C. Unte con mantequilla dos placas para hornear y resérvelas. Tamice la harina y la sal en un cuenco y amase con la mantequilla. Mezcle con el azúcar, las especias o la canela y las frutas secas y luego agregue el huevo y la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de mezclar, obtenga una masa de textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase suavemente. Extiéndala formando un cuadrado de 23 cm de lado. Recorte los bordes para que queden rectos y pinte la masa con leche para glasearla.

3 Corte el cuadrado de masa por la mitad, y luego cada una en tiras horizontales de, aproximadamente, 1 cm de anchura. Retuerza las tiras y colóquelas sobre las placas de hornear dejando un poco de espacio entre ellas. Presione ligeramente ambos extremos de cada tira para que no se deformen durante el horneado.

4 Hornee de 15 a 20 minutos o hasta que los tirabuzones estén ligeramente dorados y crujientes. Déjelos templar sobre las placas de hornear y colóquelos en una rejilla. Sírvalos calientes o fríos.

VARIANTE *Utilice peras, melocotones o albaricoques deshidratados en vez de frutas tropicales. Para obtener un gusto ligeramente más especiado, añada ½ cucharadita de mezcla de especias o canela, si lo desea.*

213 Espirales de frutas y frutos secos

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *10-15 minutos* **PARA** *unos 12 espirales*

225 g de harina blanca con levadura incorporada
una pizca de sal
1 cucharadita de levadura en polvo
55 g de mantequilla a dados
25 g de azúcar blanquilla
unos 125 ml de leche y un poco más para glasear
115 g de mezcla de frutas deshidratadas
55 g de frutos secos picados y tostados
1 cucharadita de mezcla de especias molidas

1 Caliente el horno a 220 °C. Unte con mantequilla 2 placas para hornear y resérvelas. Tamice la harina, la sal y la levadura en polvo en un cuenco y amase con la harina. Mezcle con el azúcar y agregue la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de mezclar, obtenga una masa de textura blanda.

2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase suavemente; luego extiéndala formando un rectángulo de 30 x 23 cm. Mezcle las frutas y los frutos secos y esparza esta mezcla de forma homogénea sobre la masa, presionando ligeramente.

3 Empezando por un extremo alargado, enrolle la masa bien apretada como si se tratara de un brazo de gitano. Córtela en 12 trozos iguales, colóquelos con la cara cortada hacia arriba sobre las placas para hornear y deje un poco de espacio entre ellas.

4 Pinte la superficie de las espirales con un poco de leche y hornee de 10 a 15 minutos, o hasta que estén hinchadas y doradas. Colóquelas en una rejilla metálica. Sírvalas calientes o frías.

214 Espirales de limón y sultanas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *10-15 minutos* **PARA** *unos 12 espirales*

225 g de harina blanca con levadura incorporada
una pizca de sal
1 cucharadita de levadura en polvo
55 g de mantequilla a dados
3 cucharadas de azúcar blanquilla
unos 125 ml de leche y un poco más para glasear
115 g de sultanas
55 g de cerezas confitadas, lavadas, completamente secas y picadas
la cáscara finamente rallada de 1 limón

1 Caliente el horno a 220 °C. Unte con mantequilla dos placas para hornear y resérvelas. Tamice la harina, la sal y la levadura en un cuenco y amase ligeramente con la mantequilla. Incorpore, sin dejar de remover, el azúcar y la cantidad de leche suficiente para obtener una masa de textura blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase ligeramente; luego extiéndala formando un rectángulo de 30 x 23 cm. Mezcle las sultanas, las cerezas y la cáscara de limón y esparza sobre la masa, presionando ligeramente.
3 Empezando por un lado alargado, extienda la masa bastante apretada como si se tratara de un brazo de gitano. Córtela en 12 trozos iguales, que colocará con el lado cortado hacia arriba sobre las placas, dejando un poco de espacio entre ellos.
4 Pinte la superficie de las espirales con un poco de leche y hornéelas de 10 a 15 minutos o hasta que estén hinchadas y doradas. Colóquelas en una rejilla para que se enfríen. Sírvalas frías o calientes.

VARIANTES *Utilice dátiles secos sin hueso o piña deshidratada en vez de las sultanas. Emplee arándanos o cerezas deshidratadas en vez de las frutas confitadas. Utilice la cáscara finamente rallada de 1 naranja pequeña en vez de la de limón.*

215 Pan de salvado afrutado

TIEMPO DE PREPARACIÓN *10 minutos, más 1 hora de remojo* **TIEMPO DE COCCIÓN** *45-60 minutos* **PARA** *1 pan (para 8 raciones)*

115 g de tiras de salvado de trigo (cereales tipo All Bran)
85 g de azúcar moreno blando
55 g de sultanas
55 g de pasas
300 ml de leche
115 g de harina integral con levadura incorporada
1 cucharadita de mezcla de especias molidas

1 Introduzca los cereales, el azúcar, las frutas secas y la leche en un cuenco y mézclelos. Deje reposar durante 1 hora.
2 Mientras, caliente el horno a 180 °C. Unte con mantequilla y forre un molde de 450 g para pan y resérvelo. Agregue la harina y las especias a la mezcla de frutas y ligue todo bien.
3 Vierta la mezcla en el molde y nivele la superficie. Hornee de 45 a 60 minutos, o hasta que el pan se haya hinchado ligeramente y esté firme al tacto, y al insertar una aguja en el centro salga limpia.
4 Retire el pan del horno y déjelo templar en el molde unos minutos; luego colóquelo en una rejilla. Sírvalo caliente o frío cortado en rebanadas.

VARIANTES *Utilice orejones de albaricoques picados en vez de las pasas. Emplee canela o jengibre molido en lugar de la mezcla de especias.*

216 Pan de jengibre dorado

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos, más el tiempo de enfriado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *1-1 ¼ horas*
PARA *1 pan (para 8-10 raciones)*

115 g de azúcar moreno blando
85 g de mantequilla
175 g de jarabe de melaza dorado
225 g de harina blanca
una pizca de sal
1 cucharadita de levadura en polvo
2 cucharaditas de jengibre molido
1 huevo batido
150 ml de leche

1 Caliente el horno a 170 °C. Unte con mantequilla y forre un molde de 900 g para pan y resérvelo. Introduzca el azúcar, la mantequilla y el jarabe en un cazo y caliente lentamente sin dejar de remover hasta que se hayan derretido. Retire el recipiente del fuego y déjelo enfriar ligeramente.

2 Tamice la harina, la sal, la levadura y el jengibre en un cuenco y practique un hueco en el centro. Mezcle el huevo y la leche e introduzca en el centro los ingredientes secos y la mezcla derretida. Bata con una cuchara de madera hasta obtener una mezcla homogénea. Viértala en el molde.

3 Hornee el pan de jengibre de 1-1 ¼ horas o hasta que esté hinchado y ligeramente dorado y, al insertar una aguja en su centro, ésta salga limpia.

4 Retire el pan del horno y déjelo templar en el molde unos minutos. Colóquelo sobre una rejilla. Sírvalo frío o caliente cortado en rebanadas.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Retire la varilla para amasar del recipiente de la máquina; unte con mantequilla y forre la base y las paredes del recipiente. Siga la receta principal como se ha indicado y luego vierta la mezcla en el molde y nivele la superficie. Seleccione la opción para hornear y hornee de 60 a 70 minutos o hasta que el pan esté cocido. Retire el recipiente de la máquina y déjelo reposar durante 5 minutos. Coloque el pan sobre una rejilla para que se enfríe.*

217 Pan de manzanas especiadas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *1 ¼-1 ½ horas*
PARA *1 pan (para 10-12 raciones)*

225 g de harina blanca
2 cucharaditas de levadura en polvo
½ cucharadita de nuez moscada molida
½ cucharadita de canela molida
½ cucharadita de mezcla de especias molidas
115 g de mantequilla ablandada
175 g de azúcar moreno blando
2 huevos batidos
115 g de sultanas
225 g de manzanas para cocer (peso una vez peladas y sin corazón) finamente picadas
1-2 manzanas para comer, peladas, sin corazón y a láminas finas
25 g de mantequilla derretida
25 g de azúcar demerara

1 Caliente el horno a 180 °C. Unte con mantequilla y espolvoree con harina un molde de 900 g para pan y resérvelo. Tamice la harina, la levadura y la mezcla de especias en un cuenco y reserve. Bata la mantequilla ablandada con el azúcar moreno en otro cuenco hasta que la mezcla adquiera una textura ligera y esponjosa y luego incorpore gradualmente los huevos sin dejar de batir. Mezcle bien con la harina, las sultanas y las manzanas para cocer.

2 Introduzca la mezcla en el molde y nivele la superficie. Superponga las láminas de las manzanas sobre la mezcla, cubriéndola por completo y luego pinte con la mantequilla derretida y espolvoree uniformemente con el azúcar demerara.

3 Hornee el pan de 1 ¼ - 1 ½ horas, o hasta que esté firme al tacto y al insertar una aguja en el centro salga limpia. Cúbralo de forma holgada con papel de aluminio al finalizar el tiempo de cocción, si se oscureciera demasiado.

4 Retire el pan del horno y déjelo templar en el molde 10 minutos; luego colóquelo sobre una rejilla metálica. Sírvalo caliente o frío cortado en rebanadas.

VARIANTE *Utilice orejones de albaricoques, peras o melocotones en vez de las sultanas.*

218 Pan de dátiles y nueces

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos, más 15 minutos de espera*
TIEMPO DE COCCIÓN *45-60 minutos* **PARA** *1 pan (para 10-12 raciones)*

225 g de dátiles secos sin hueso y picados
150 ml de agua hirviendo
85 g de mantequilla ablandada
85 g de azúcar moreno blando
1 huevo batido
225 g de harina blanca con levadura incorporada
1 cucharadita de levadura en polvo
85 g de nueces picadas

1 Caliente el horno a 180 °C. Unte con mantequilla y forre un molde de 900 g para pan y resérvelo. Introduzca los dátiles en un cuenco y vierta el agua hirviendo por encima. Remueva y deje reposar durante 15 minutos.

2 Bata la mantequilla y el azúcar en otro cuenco hasta que la mezcla adquiera una textura pálida y esponjosa y luego incorpore el huevo sin dejar de batir. Mezcle con la harina, la levadura en polvo, las nueces y la mezcla de dátiles hasta que todo esté perfectamente ligado. Vierta la mezcla en el molde y nivele la superficie.

3 Hornee el pan de 45 a 60 minutos o hasta que esté firme al tacto y al insertar una aguja en el centro salga limpia. Colóquelo sobre una rejilla metálica. Sírvalo caliente o frío cortado en rebanadas.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Retire la varilla para amasar del recipiente. Unte con mantequilla y forre la base y las paredes del recipiente. Siga la receta principal como se ha indicado e introduzca la mezcla en el recipiente. Nivele la superficie. Seleccione la opción para hornear y hornee de 45 a 55 minutos o hasta que el pan esté cocido. Retire el recipiente del pan de la máquina y deje reposar 5 minutos. Coloque el pan sobre una rejilla metálica para que se enfríe.*

219 Pan de plátano y miel

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *1-1 ¼ horas*
PARA *1 pan (para 8-10 raciones)*

115 g de mantequilla ablandada
115 g de azúcar moreno blando
115 g de miel espesa
2 huevos batidos
2 plátanos grandes
225 g de harina blanca con levadura incorporada o integral
½ cucharadita de nuez moscada o canela molida
un chorrito de zumo de limón

1 Caliente el horno a 180 °C. Unte con mantequilla y forre un molde de 900 g para pan y resérvelo. Introduzca la mantequilla, el azúcar y la miel en un cuenco y bátalos hasta que la mezcla adquiera una textura ligera y esponjosa. Bata con los huevos y vaya incorporando la harina y la nuez moscada o la canela sin dejar de remover.

2 Pele los plátanos y aplástelos con un poco de zumo de limón. Introduzca los plátanos en la preparación anterior y vierta esta mezcla en el molde. Nivele la superficie.

3 Hornee el pan 1 ¼ horas o hasta que esté hinchado, dorado y firme al tacto. Cúbralo holgadamente con película de plástico al finalizar el tiempo de cocción si la superficie se dorara demasiado.

4 Retire el pan del horno y déjelo enfriar en el molde unos minutos; luego colóquelo sobre una rejilla. Sírvalo frío o caliente cortado en rebanadas.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Retire la varilla de amasar del recipiente. Unte con mantequilla y forre la base y las paredes del recipiente. Siga la receta principal como se ha indicado e introduzca la mezcla en el molde y nivele la superficie. Seleccione la opción para hornear y hornee de 60 a 70 minutos o hasta que el pan esté cocido. Retire el pan de la máquina y déjelo reposar durante 5 minutos. Colóquelo sobre una rejilla para que se enfríe.*

220 Pan de frutas malteado

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *40 minutos* **PARA** *1 pan (para 10-12 raciones)*

225 g de harina blanca con levadura incorporada
1 cucharadita de bicarbonato sódico
1 cucharadita de mezcla de especias molidas
3 cucharadas de extracto de malta
2 cucharadas de jarabe de melaza dorado
125 ml de leche
1 huevo batido
140 g de sultanas
2 cucharadas de miel clara para glasear

1 Caliente el horno a 180 °C. Unte con mantequilla y forre un molde de 900 g para pan y resérvelo. Tamice la harina, el bicarbonato y la mezcla de especias en un cuenco. Reserve.

2 Introduzca en un cazo el extracto de malta, el jarabe y la leche y caliente a fuego lento hasta que se hayan derretido y mezclado. Vaya removiendo de vez en cuando. Retire el cazo del fuego y déjelo enfriar ligeramente; luego mezcle con el huevo.

3 Practique un hueco en el centro de los ingredientes secos y agregue la mezcla derretida, sin dejar de mezclar, con una cuchara de madera. Mezcle con las sultanas. Vierta la preparación en el molde y nivele la superficie.

4 Hornee el pan unos 40 minutos o hasta que esté hinchado y dorado. Tápelo holgadamente con papel de aluminio al finalizar el tiempo de cocción si se dorara demasiado rápidamente.

5 Déjelo enfriar ligeramente en el molde y colóquelo en una rejilla metálica. Pinte, cuando todavía esté caliente, con la miel para glasearlo. Déjelo templar y sírvalo caliente o frío cortado en rebanadas.

221 Pan de dátiles y albaricoques para el desayuno

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos, más 4 horas de remojo (o toda la noche)*
TIEMPO DE COCCIÓN *1 hora* **PARA** *1 pan (para 12 raciones)*

175 g de orejones de albaricoques picados
175 g de dátiles secos sin hueso y picados
115 g de sultanas
115 g de azúcar moreno blando
150 ml de té frío filtrado
2 huevos batidos
225 g de harina integral con levadura incorporada
2 cucharaditas de mezcla de especias molidas

1 Introduzca las frutas secas y el azúcar en un cuenco grande y mezcle bien; luego agregue el té y mezcle. Tape y deje reposar durante 4 horas como mínimo o toda la noche, hasta que gran parte del té haya sido absorbido y la fruta se haya hidratado.

2 Mientras, caliente el horno a 180 °C. Unte con mantequilla y forre un molde de 900 g para pan y resérvelo. Mezcle los huevos con la preparación de frutas y añada la harina y la mezcla de especias, asegurándose de que todo queda ligado.

3 Vierta la mezcla en el molde y nivele la superficie. Hornee durante 1 hora aproximadamente o hasta que adquiera una textura firme al tacto.

4 Retire el pan del horno y déjelo enfriar en el molde unos minutos; luego colóquelo sobre una rejilla metálica. Sírvalo caliente o frío cortado en rebanadas.

VARIANTES *Utilice arándanos deshidratados en vez de sultanas. Emplee jengibre o canela en lugar de la mezcla de especias.*

222 Pan de plátanos y jengibre

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *1-1 ¼ horas*
PARA *1 pan (para 12 raciones)*

115 g de mantequilla ablandada
115 g de azúcar moreno blando
2 huevos batidos
225 g de harina blanca con levadura incorporada
½ cucharadita de bicarbonato sódico
una pizca de sal
2 cucharaditas de jengibre molido
3 plátanos
zumo de limón exprimido
85 g de jengibre confitado en almíbar, escurrido y finamente picado

1 Caliente el horno a 180 °C. Unte con mantequilla y forre un molde de 900 g para pan y resérvelo. Bata la mantequilla y el azúcar en un cuenco hasta que la mezcla adquiera una textura ligera y esponjosa. Vaya añadiendo poco a poco los huevos. Tamice la harina, el bicarbonato, la sal y el jengibre e incorpórelos a la preparación anterior sin dejar de mezclar.

2 Pele los plátanos y aplaste la carne con el zumo de limón. Agregue los plátanos aplastados a la mezcla anterior y ligue todo bien. Mezcle con el jengibre.

3 Vierta la mezcla en el molde y nivele la superficie. Hornee de 1 a 1¼ horas, o hasta que el pan esté hinchado, dorado y la textura sea firme al tacto.

4 Retire el pan del horno y déjelo enfriar en el molde unos minutos. Luego colóquelo sobre una rejilla metálica. Sírvalo frío o caliente cortado en rebanadas.

223 Pan holandés de jengibre

TIEMPO DE PREPARACIÓN *15 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *1¼ horas* **PARA** *1 pan (para 12-14 raciones)*

450 g de harina blanca
2 ½ cucharaditas de levadura en polvo
3 cucharaditas de jengibre molido
85 g de azúcar moreno blando
1 cucharadita de mezcla de especias molidas
450 g de jarabe de melaza dorado
125 ml de leche

1 Caliente el horno a 170 °C. Unte con mantequilla un molde de 900 g para pan y resérvelo. Tamice la harina, la levadura y la mezcla de especias en un cuenco grande y mezcle con el azúcar.
2 Practique un hueco en el centro y agregue el jarabe de melaza. Bata el jarabe con la harina con una cuchara de madera e incorpore gradualmente la leche, batiendo bien hasta obtener una consistencia blanda fácil de verter.
3 Vierta la mezcla en el molde y nivele la superficie. Hornee el pan durante 50 minutos, reduzca la temperatura del horno a 150 °C y hornee otros 20 o 25 minutos o hasta que el pan esté hinchado y dorado y al insertar una aguja en el centro salga limpia.
4 Retire el pan del horno y déjelo templar en el molde unos minutos; luego colóquelo sobre una rejilla metálica. Sírvalo caliente o frío cortado en rebanadas.

224 Pan de té de plátano y dátiles

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *1-1 ¼ horas* **PARA** *1 pan (para 10 raciones)*

225 g de harina integral
2 cucharaditas de levadura en polvo
1 cucharadita de mezcla de especias molidas o nuez moscada
115 g de mantequilla a dados
115 g de azúcar moreno blando
115 g de miel densa
2 huevos batidos
2 plátanos grandes, pelados y aplastados con un poco de zumo de limón
115 g de dátiles secos sin hueso y finamente picados

1 Caliente el horno a 180 °C. Unte con mantequilla y forre un molde de 900 g para pan y resérvelo. Introduzca la harina, la levadura en polvo y las especias en un cuenco y amase ligeramente con la mantequilla hasta que la mezcla adquiera la textura de unas migas. Agregue el azúcar, la miel, los huevos, los plátanos y los dátiles y bata hasta que los ingredientes se mezclen bien.
2 Vierta la mezcla en el molde y nivele la superficie. Hornee de 1 a 1 ¼ horas, o hasta que el pan esté hinchado y firme al tacto.
3 Retire el pan del horno y déjelo templar en el molde unos minutos. Posteriormente, colóquelo sobre una rejilla metálica. Sírvalo caliente o frío cortado en rebanadas.

225 Pan de té de albaricoques y sultanas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *1 hora* **PARA** *1 pan (para 10-12 raciones)*

115 g de harina blanca con levadura incorporada
115 g de harina integral con levadura incorporada
2 cucharaditas de canela molida
115 g de azúcar moreno blando
225 g de orejones de albaricoques picados
225 g de sultanas
2 huevos batidos
150 ml de leche

1 Caliente el horno a 180 °C. Unte con mantequilla y forre un molde de 900 g para pan y resérvelo. Mezcle las harinas, la canela y el azúcar y luego agregue los albaricoques y las sultanas sin dejar de remover.
2 Incorpore los huevos y la leche y bata hasta que estén bien ligados. Vierta la mezcla en el molde y nivele la superficie.
3 Hornee el pan 1 hora aproximadamente o hasta que esté dorado y firme al tacto. Colóquelo sobre una rejilla para que se temple. Sírvalo caliente o frío cortado en rebanadas.

226 Pan de limón azucarado

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *40-45 minutos*
PARA *1 pan (para 10-12 raciones)*

175 g de mantequilla ablandada
175 g de azúcar moreno blando
2 huevos batidos
175 g de harina con levadura incorporada
1 cucharadita de levadura en polvo
la cáscara finamente rallada de 2 limones
85 g de sultanas
1-2 cucharadas de leche
8 terrones de azúcar aplastados a grandes trozos

1 Caliente el horno a 180 °C. Unte con mantequilla y forre un molde de 900 g para pan y resérvelo. Bata la mantequilla y el azúcar moreno en un cuenco hasta que la mezcla adquiera una textura ligera y esponjosa; luego bata poco a poco con los huevos.
2 Tamice la harina y la levadura en polvo sobre la mezcla anterior e incorpore la cáscara de limón. Mezcle con las sultanas y agregue la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de mezclar, obtenga una masa de textura blanda que pueda verterse.
3 Vierta la mezcla en el molde y nivele la superficie. Esparza los terrones de azúcar por encima. Hornee de 40 a 45 minutos o hasta que el pan esté bien hinchado y dorado.
4 Retire el pan del horno y déjelo templar en el molde durante 5 minutos. Posteriormente colóquelo sobre una rejilla metálica. Sírvalo caliente o frío cortado en rebanadas.

VARIANTES *Utilice azúcar blanquilla en vez de azúcar moreno blando. Utilice la cáscara finamente rallada de 2 naranjas pequeñas en lugar de la cáscara de limón.*

227 Pan de dátiles y muesli

TIEMPO DE PREPARACIÓN *15 minutos, más 30 minutos de tiempo del remojado*
TIEMPO DE COCCIÓN *1 hora* **PARA** *1 pan (para 10-12 raciones)*

225 g de dátiles secos deshuesados finamente picados
150 ml de té fuerte filtrado
85 g de mantequilla ablandada
85 g de azúcar moreno blando
1 huevo batido
225 g de harina blanca con levadura incorporada
1 cucharadita de levadura en polvo
85 g de muesli (de su elección)

1 Intoduzca los dátiles en un cuenco, vierta el té por encima y déjelos en remojo durante 30 minutos.
2 Mientras, caliente el horno a 180 °C. Unte con mantequilla y forre un molde de 900 g para pan y resérvelo. Bata la mantequilla y el azúcar en un cuenco hasta que la mezcla adquiera una textura pálida y esponjosa; luego incorpore el huevo sin dejar de batir.
3 Tamice la harina y la levadura sobre el cuenco y ligue todo con la preparación anterior. Agregue el muesli, los dátiles y el líquido de remojo y mezcle bien.
4 Introduzca la mezcla en el molde y nivele la superficie. Hornee 1 hora o hasta que el pan esté hinchado y firme al tacto y al insertar una aguja en el centro ésta salga limpia.
5 Retire el pan del horno y déjelo templar en el molde unos minutos; luego colóquelo sobre una rejilla metálica. Sírvalo caliente o frío cortado en rebanadas.

228 Pan de té de frutas y especias

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *1 hora* **PARA** *1 pan (para 10-12 raciones)*

225 g de harina blanca con levadura
½ cucharadita de bicarbonato sódico
1 cucharada de mezcla de especias molidas
115 g de azúcar moreno blando
115 g de sultanas
115 g de pasas
115 g de pasas de Corinto
115 g de orejones de albaricoques finamente picados
2 huevos
150 ml de leche

1. Caliente el horno a 180 °C. Unte con mantequilla un molde de 900 g para hornear y resérvelo. Tamice la harina, el bicarbonato y la mezcla de especias en un cuenco.
2. Agregue el azúcar y las frutas secas y mezcle bien. Bata los huevos y la leche y mezcle con las frutas. Bata a fondo. Vierta la mezcla en el molde y nivele la superficie.
3. Hornee el pan durante, aproximadamente, 1 hora o hasta que esté hinchado, dorado y firme al tacto.
4. Retire el pan del horno y déjelo templar en el molde unos minutos; luego colóquelo sobre una rejilla. Sírvalo caliente o frío cortado en rebanadas.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Retire la varilla de amasar del recipiente, unte con mantequilla y forre la base y las paredes del mismo. Siga la receta principal como se ha indicado y luego introduzca la mezcla en el recipiente y nivele la superficie. Seleccione la opción para hornear y hornee de 60 a 70 minutos o hasta que el pan esté cocido. Retírelo de la máquina y déjelo reposar durante 5 minutos. Coloque el pan sobre una rejilla para que se enfríe.*

229 Pan de té de ciruelas y avellanas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos, más 4 horas del tiempo de remojo*
TIEMPO DE COCCIÓN *1-1 ¼ horas* **PARA** *1 pan (para 10-12 raciones)*

350 g de ciruelas pasas deshuesadas picadas
175 g de azúcar moreno blando
300 ml de té frío filtrado
1 huevo batido
55 g de avellanas picadas
55 g de nueces picadas
225 g de harina integral con levadura incorporada
55 g de salvado

1 Introduzca las ciruelas, el azúcar y el té en un cuenco grande y mezcle bien. Tape y deje en remojo unas 4 horas o hasta que la mayor parte del té haya sido absorbido por las frutas.
2 Caliente el horno a 180 °C. Unte con mantequilla y forre un molde de 900 g de capacidad y resérvelo. Agregue el huevo, los frutos secos, la harina y el salvado a la mezcla de ciruelas y ligue todo bien.
3 Vierta la mezcla en el molde y nivele la superficie. Hornee de 1-1 ½ horas o hasta que al insertar una aguja en el centro salga limpia.
4 Retire el pan del horno y déjelo templar en el molde unos minutos; luego colóquelo sobre una rejilla metálica. Sírvalo caliente o frío cortado en rebanadas.

VARIANTES *Utilice dátiles sin hueso en vez de ciruelas. Emplee almendras en lugar de avellanas.*

230 Pan de plátano y pasas al salvado

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *1-1 ¼ horas*
PARA *1 pan (para 10-12 raciones)*

115 g de mantequilla ablandada
115 g de azúcar moreno blando
3 huevos batidos
175 g de harina integral con levadura incorporada
55 g de salvado
1 cucharadita de levadura en polvo
una pizca de sal
2 cucharaditas de jengibre molido o canela
3 plátanos pelados y aplastados con un poco de zumo de limón
175 g de uvas pasas

1 Caliente el horno a 180 °C. Unte con mantequilla y forre un molde de 900 g para pan y resérvelo. Introduzca la mantequilla, el azúcar, los huevos, la harina, el salvado, la levadura en polvo, la sal, el jengibre o la canela en un cuenco grande y bata hasta que estén bien incorporados.
2 Agregue los plátanos aplastados a la mezcla anterior y mezcle bien. Incorpore las pasas. Vierta la mezcla en el molde y nivele la superficie.
3 Hornee el pan de 1- 1 ¼ horas o hasta que esté bien hinchado, dorado y firme al tacto.
4 Retire el pan del horno y déjelo templar en el molde unos minutos; luego colóquelo sobre una rejilla metálica. Sírvalo caliente o frío cortado en rebanadas.

VARIANTES *Utilice harina blanca con levadura incorporada en vez de la integral. Emplee una mezcla de especias molidas en lugar del jengibre. Utilice dátiles picados o pacanas en vez de las pasas.*

231 Pan de frutas y avellanas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos, más 30 minutos de remojo*
TIEMPO DE COCCIÓN *1-1 ¼ horas* **PARA** *1 pan (para 10-12 raciones)*

85 g de sultanas
85 g de orejones de albaricoques picados a grandes trozos
85 g de salvado
300 ml de leche
115 g de harina blanca con levadura incorporada
una pizca de sal
115 g de harina integral con levadura incorporada
55 g de mantequilla a dados
115 g de avellanas picadas
115 g de azúcar demerara
1 cucharadita de mezcla de especias molidas
2 huevos batidos

1. Introduzca las sultanas, los albaricoques y el salvado en un cuenco; agregue la leche y mezcle bien. Tape y deje en remojo durante 30 minutos.
2. Mientras, caliente el horno a 180 °C. Unte con mantequilla y forre un molde de 900 g para pan y resérvelo. Tamice la harina blanca y la sal en un cuenco y mezcle con la integral; posteriormente, amase con la mantequilla hasta que la mezcla adquiera la textura de unas migas. Agregue la mezcla de salvado, las avellanas, el azúcar, las especias y los huevos y mezcle a fondo.
3. Vierta la masa en el molde y nivele la superficie. Hornee el pan de 1 a 1 ½ horas o hasta que esté dorado y firme al tacto. Cúbralo holgadamente con papel de aluminio al cabo de una hora si la superficie se dorara demasiado rápidamente. Coloque el pan sobre una rejilla metálica para que se temple. Sírvalo caliente o frío cortado en rebanadas.

PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA DE PAN *Retire la varilla de amasar del recipiente de la maquina. Unte con mantequilla y forre las paredes del recipiente. Siga la receta como se ha indicado y luego introduzca la mezcla en el recipiente y nivele la superficie. Seleccione la opción para masa y hornee de 60 a 70 minutos o hasta que el pan esté cocido. Retire el pan de la máquina y déjelo reposar durante 5 minutos. Colóquelo sobre una rejilla para que se enfríe.*

232 Pan de plátano y chocolate

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *1-1 ¼ horas*
PARA *1 pan (para 10-12 raciones)*

115 g de mantequilla ablandada
115 g de azúcar moreno blando
115 g de miel densa
2 huevos batidos
225 g de harina blanca con levadura incorporada
½ cucharadita de levadura en polvo
20 g de cacao en polvo
2 plátanos maduros pelados y aplastados con un poco de zumo de limón (peso total de los plátanos incluida la piel = 300 g)
1 cucharada de leche, aproximadamente
azúcar lustre tamizado para espolvorear

1. Caliente el horno a 180 °C. Unte con mantequilla y forre un molde de 900 g para pan y resérvelo. Bata en un cuenco la mantequilla, el azúcar moreno y la miel hasta que la mezcla adquiera una textura ligera y esponjosa. Incorpore gradualmente los huevos sin dejar de batir. Tamice la harina, la levadura y el cacao en el cuenco y mezcle con la crema batida.
2. Mezcle con los plátanos aplastados y la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de mezclar, obtenga una consistencia bastante blanda. Vierta la mezcla en el cuenco y nivele la superficie.
3. Hornee de 1 a 1 ¼ horas o hasta que el pan esté hinchado y firme al tacto y al insertar una aguja en el centro salga limpia. Tápelo holgadamente con papel de aluminio durante los últimos 30 minutos, si la superficie se dorara demasiado.
4. Retire el pan del horno y déjelo enfriar en el molde unos minutos; luego colóquelo sobre una rejilla metálica. Espolvoréelo con azúcar lustre tamizado y sírvalo caliente o frío cortado en rebanadas.

233 Pan de pasas glaseado

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos, más el tiempo de remojo* **TIEMPO DE COCCIÓN** *1 ¼ horas*
PARA *1 pan (para 10-12 raciones)*

225 g de pasas
115 g de sultanas
300 ml de té fuerte filtrado
225 g de azúcar moreno blando
300 g de harina blanca con levadura incorporada
1 ½ cucharaditas de mezcla de especias molidas
1 huevo batido
175 g de azúcar lustre tamizado
5-6 cucharaditas de zumo de naranja

1. Introduzca las pasas y las sultanas en un cuenco grande. Vierta por encima el té caliente y mezcle. Tape y deje reposar durante toda la noche.
2. Al día siguiente, caliente el horno a 170 °C. Unte con mantequilla y forre un molde de 900 g para pan y resérvelo. Mezcle el azúcar moreno con la mezcla de frutas secas y tamice por encima la harina y la mezcla de especias. Agregue el huevo y mezcle con una cuchara de madera hasta que todos los ingredientes estén perfectamente ligados.
3. Vierta la mezcla en el molde y nivele la superficie. Hornee el pan 1 ¼ horas o hasta que esté hinchado y firme al tacto, y al insertar una aguja en el centro salga limpia.
4. Retire el pan del horno y déjelo enfriar en el molde unos minutos; luego colóquelo sobre una rejilla metálica para que se enfríe por completo.
5. Mezcle el azúcar lustre con la cantidad de zumo de naranja suficiente para obtener un glaseado espeso. Extiéndalo de manera uniforme sobre la superficie del pastel. Déjelo cuajar. Sírvalo cortado en rebanadas.

234 «Muffins» de pasas y naranja

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15-20 minutos*
PARA *9* muffins *grandes o 12 medianos*

115 g de harina integral
85 g de harina blanca
1 cucharada de levadura en polvo
una pizca de sal
55 g de mantequilla derretida
55 g de azúcar blanquilla
1 huevo batido
200 ml de leche
la cáscara finamente rallada de 1 naranja
115 g de pasas

1 Caliente el horno a 200 °C. Unte con mantequilla una placa para *muffins* de 9 o 12 unidades o forre cada unidad con un molde de papel y reserve. Reserve 25 g de harina integral. Introduzca el resto en un cuenco, tamice encima la harina blanca, la levadura en polvo y la sal y mezcle bien.
2 Incorpore la mantequilla derretida, el azúcar, el huevo, la leche y la cáscara de naranja. Vierta la mezcla de huevo sobre los ingredientes secos y ligue todo sólo lo justo para mezclar los ingredientes. La mezcla debe tener un aspecto bastante granulado, pues si la trabajara demasiado obtendría unos *muffins* pesados. Mezcle las pasas con el resto de la harina e incorpórelas suavemente a la preparación de *muffins*.
3 Reparta homogéneamente la mezcla en la placa o los moldes.
4 Hornee los *muffins* de 15 a 20 minutos o hasta que estén bien hinchados y dorados. Utilice sultanas o arándanos secos en vez de las pasas.

VARIANTES *Utilice cáscara de limón en vez de naranja. Emplee sultanas o arándanos en lugar de las pasas.*

235 «Muffins» especiados de manzanas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *20 minutos* **PARA** *9* muffins

200 g de harina integral
1 cucharada de levadura en polvo
1 ½ cucharaditas de mezcla de especias molidas
una pizca de sal
55 g de azúcar moreno blando
1 huevo batido
200 ml de leche
55 g de mantequilla derretida
1 manzana mediana para cocer, pelada, sin corazón y picada
azúcar lustre tamizado para decorar

1 Caliente el horno a 200 °C. Unte con mantequilla una placa para hornear de 9 o 12 *muffins* o fórrela con moldes de papel y resérvelos. Introduzca en un cuenco la harina, la levadura, la mezcla de especias, la sal y el azúcar moreno blando y mezcle bien.
2 Incorpore en otro cuenco los huevos, la leche y la mantequilla derretida y luego mezcle suavemente con la preparación de harina el tiempo necesario para ligar todo. La preparación debe tener un aspecto bastante grumoso, pues si la batiera demasiado obtendría unos *muffins* muy pesados. Mezcle suavemente con la manzana picada. Reparta la preparación entre los moldes.
3 Hornee los *muffins* unos 20 minutos o hasta que estén bien hinchados y dorados. Colóquelos en una rejilla para que se templen. Sírvalos calientes o fríos. Espolvoréelos con un poco de azúcar lustre tamizado.

VARIANTES *Utilice harina blanca o una mezcla de harina integral y blanca en vez de toda la integral. Emplee canela molida en lugar de la mezcla de especias. Utilice 1 pera grande picada en vez de la manzana cocida.*

236 «Muffins» de arándanos

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15-20 minutos* **PARA** *12* muffins

225 g de harina blanca con levadura incorporada
1 cucharadita de levadura en polvo
55 g de azúcar blanquilla
140 g de arándanos
½ cucharadita de nuez moscada acabada de rallar
40 g de pipas de girasol
1 huevo batido
200 ml de leche

1 Caliente el horno a 200 °C. Unte con mantequilla cada molde de una placa de 12 *muffins* o fórrelos con moldes de papel y resérvelos. Tamice la harina y la levadura en polvo en un cuenco y mezcle luego con el azúcar, la nuez moscada, los arándanos y 25 g de pipas de girasol.

2 Mezcle en un cuenco pequeño la mantequilla derretida, el huevo y la leche y agregue todo a la mezcla de harina. Incorpore suavemente los ingredientes, pero sólo lo justo para ligarlos bien. La mezcla debe tener una textura bastante granulosa, pues un exceso de amasado la haría demasiado pesada.

3 Vierta la mezcla a partes iguales en los moldes de *muffin*. Esparza el resto de pipas por encima.

4 Hornee los *muffins* de 15 a 20 minutos o hasta que estén hinchados y dorados. Colóquelos en una rejilla metálica para que se enfríen. Sírvalos calientes o fríos.

237 «Muffins» de semillas de amapola

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *20 minutos* **PARA** *9* muffins

200 g de harina blanca
1 cucharada de levadura en polvo
una pizca de sal
la cáscara finamente rallada de 1 limón
2 cucharadas de semillas de amapola
55 g de mantequilla derretida
55 g de azúcar blanquilla
1 huevo batido
200 ml de leche

1 Caliente el horno a 200 °C. Unte con mantequilla una placa para 9 o 12 *muffins* o forre 9 moldes con moldes de papel y resérvelos. Tamice la harina, la levadura y la sal en un cuenco grande y, posteriormente, mezcle con la cáscara de limón y las semillas de amapola.

2 Bata en un cuenco pequeño la mantequilla derretida, el azúcar, el huevo y la leche y luego vierta todo en la mezcla de harina. Incorpore los ingredientes suavemente, justo lo suficiente para combinarlos. La mezcla debe adquirir una textura bastante granulosa, pues un exceso de batido daría como resultado unos *muffins* pesados.

3 Vierta la mezcla en los moldes a partes iguales. Para ello, llene cada uno a dos tercios de su altura.

4 Hornee los *muffins* unos 20 minutos o hasta que estén hinchados y dorados. Colóquelos en una rejilla metálica para que se enfríen. Sírvalos calientes o fríos.

VARIANTES *Utilice semillas de sésamo o pipas de girasol en vez de las de amapola. Emplee la cáscara de 1 naranja finamente rallada en vez de la de limón.*

238 «Muffins» de manzana al salvado

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15-20 minutos* **PARA** *12* muffins

140 g de harina blanca
1 cucharada de levadura en polvo
una pizca de sal
55 g de salvado
55 g de mantequilla
55 g de azúcar moreno blando
1 huevo batido
200 ml de leche
1 manzana para cocer pequeña, pelada, sin corazón y picada

1 Caliente el horno a 200 °C. Unte con mantequilla una placa para 12 *muffins* o forre cada molde con un molde de papel y reserve. Reserve 25 g de harina. Tamice el resto de la harina en un cuenco con la levadura en polvo y la sal. Incorpore con el salvado.

2 Introduzca la mantequilla en un cazo pequeño y caliéntela suavemente hasta que se haya derretido. Retire el cazo del fuego hasta que se enfríe ligeramente, y mezcle la mantequilla derretida con el azúcar, el huevo y la leche.

3 Vierta la mezcla de huevo sobre los ingredientes secos y luego remueva, lo justo para ligarlos. La mezcla debe adquirir una textura bastante granulada, pues si la trabajara demasiado obtendría unos *muffins* pesados.

4 Mezcle la manzana picada con el resto de la harina y luego incorpore suavemente a la mezcla de *muffins*. Vierta la preparación en los moldes dividiéndola homogéneamente.

5 Hornee los *muffins* de 15 a 20 minutos o hasta que estén bien hinchados y dorados. Colóquelos en una rejilla metálica para que se templen. Sírvalos calientes o fríos.

VARIANTES *Agregue la cáscara rallada de 1 limón o 1 naranja pequeños a la mezcla de huevo, si lo desea.*

239 «Muffins» de peras y sultanas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15-20 minutos* **PARA** *12* muffins

55 g de harina blanca
1 cucharada de levadura en polvo
85 g de harina integral
55 g de salvado
una pizca de sal
55 g de azúcar moreno blando
55 g de mantequilla
1 huevo batido
200 ml de leche
55 g de peras deshidratadas picadas
55 g de sultanas

1 Caliente el horno a 200 °C. Unte con mantequilla una placa para 12 *muffins* o forre cada molde con un molde de papel. Tamice la harina blanca y la levadura en polvo en un cuenco y mezcle luego con la harina integral, la sal y el azúcar.

2 Introduzca la mantequilla en un cazo pequeño y caliéntela suavemente hasta que esté derretida. Retire el recipiente del fuego y déjelo enfriar ligeramente; luego mezcle la mantequilla derretida con el huevo y la leche.

3 Vierta la mezcla de huevo en los ingredientes secos. Mezcle sólo lo justo para ligarlos. La mezcla debe tener un aspecto granuloso, pues si la trabajara demasiado obtendría unos *muffins* pesados.

4 Incorpore las peras y las sultanas. Vierta homogéneamente la mezcla en los moldes de los *muffins*.

5 Hornee los *muffins* de 15 a 20 minutos o hasta que estén perfectamente hinchados y dorados. Colóquelos en una rejilla metálica para que se templen. Sírvalos calientes o fríos.

VARIANTES *Añada 1 - ½ cucharaditas de mezcla de especias o canela al salvado, si lo desea. Emplee arándanos deshidratados u orejones de albaricoques en vez de las peras.*

240 «Muffins» de frutas para el desayuno

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *20 minutos* **PARA** *9* muffins

200 g de harina integral
1 cucharada de levadura en polvo
una pizca de sal
115 g de frambuesas frescas pequeñas o moras
55 g de mantequilla derretida
55 g de azúcar moreno blando
1 huevo batido
200 ml de leche

1 Caliente el horno a 200 °C. Unte con mantequilla una placa para *muffin* de 9 a 12 unidades, o fórrela con moldes de papel y reserve. Introduzca la harina, la levadura y la sal en un cuenco grande y mezcle suavemente con las frambuesas.

2 Mezcle en otro cuenco pequeño la mantequilla derretida, el azúcar, el huevo y la leche; luego incorpore todo con la mezcla de harina. Ligue los ingredientes suavemente, pero sólo lo justo para incorporarlos. La preparación debe tener una textura bastante granulosa, pues si la trabajara en exceso obtendría unos *muffins* pesados.

3 Divida la mezcla uniformemente entre los moldes. Llénelos hasta dos tercios de su altura.

4 Hornee los *muffins* unos 20 minutos, o hasta que estén dorados. Colóquelos en una rejilla metálica para que se enfríen. Sírvalos calientes o fríos.

VARIANTES *Utilice arándanos frescos en vez de frambuesas. Añada 1 - ½ cucharaditas de canela molida a la harina, si lo desea.*

241 «Muffins» de plátano y pacanas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *20 minutos* **PARA** *9* muffins

140 g de harina integral
55 g de harina de avena fina
1 cucharada de levadura en polvo
una pizca de sal
55 g de pacanas picadas
55 g de mantequilla derretida
55 g de azúcar moreno blando
1 huevo batido
200 ml de leche
1 plátano grande, pelado y aplastado con zumo de limón

1 Caliente el horno a 200 °C. Unte con mantequilla una placa para 9 a 12 *muffins* o fórrela con moldes de papel y reserve. Introduzca la harina común y la de avena, la levadura en polvo y la sal en un cuenco grande y mezcle bien; luego incorpore las pacanas sin dejar de remover.

2 Mezcle en un cuenco pequeño la mantequilla derretida, el azúcar, el huevo y la leche y agregue esta preparación a la mezcla de mantequilla. Incorpore los ingredientes y mezcle tan sólo lo suficiente para ligarlos. La preparación debe tener una textura bastante granulosa, pues un exceso de mezclado daría unos *muffins* pesados.

3 Mezcle suavemente la preparación anterior con el plátano aplastado. Reparta la mezcla en los moldes; llene cada uno hasta dos tercios de su altura.

4 Hornee los *muffins* unos 20 minutos, o hasta que estén bien hinchados y dorados. Colóquelos en una rejilla metálica para que se enfríen. Sírvalos calientes o fríos.

VARIANTE *Utilice nueces en vez de pacanas.*

242 «Muffins» de dos chocolates

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *20 minutos* **PARA** *12* muffins

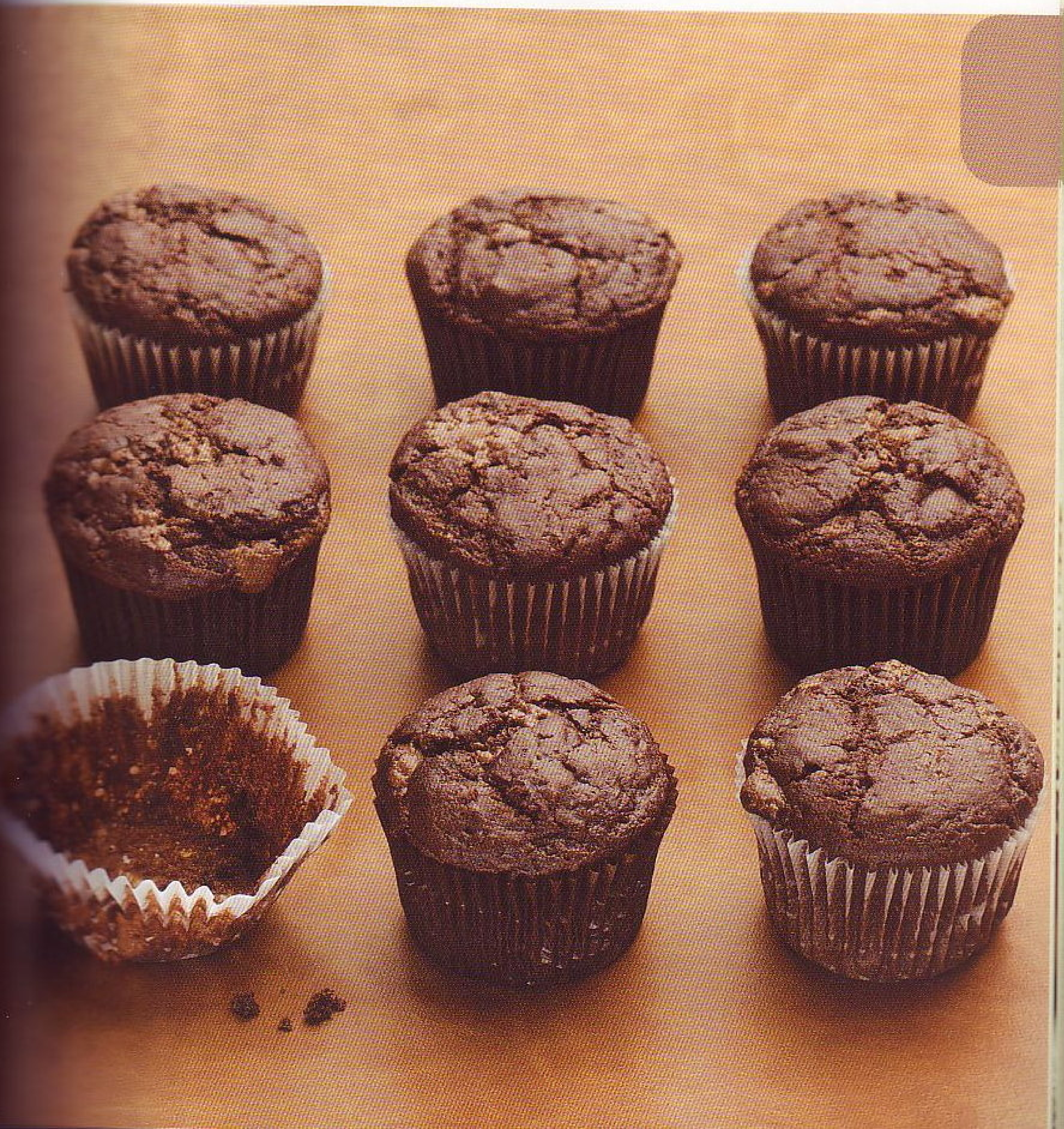
225 g de harina blanca con levadura incorporada
2 cucharaditas de levadura en polvo
una pizca de sal
40 g de cacao en polvo tamizado
115 g de azúcar moreno blando
225 ml de leche
115 g de yogur natural
1 huevo ligeramente batido
1 cucharadita de esencia de vainilla
55 g de mantequilla derretida
175 g de chocolate con leche picado en trozos pequeños

1 Caliente el horno a 200 °C. Unte con mantequilla una placa para 12 *muffins* o forre las cavidades con moldes de papel. Reserve. Tamice la harina, la levadura, la sal y el cacao en un cuenco grande y mezcle con el azúcar.

2 Mezcle la leche, el yogur, el huevo y la esencia de vainilla y luego incorpore todo a la preparación de harina y la mantequilla derretida sin dejar de remover. Incorpore el chocolate picado. Reparta la preparación homogéneamente en los moldes; llene cada uno de ellos tres cuartos de su altura.

3 Hornee los *muffins* unos 20 minutos o hasta que estén hinchados y queden firmes al tacto. Colóquelos en una rejilla metálica para que se enfríen. Sírvalos calientes o fríos.

VARIANTE *Utilice chocolate con leche o blanco en vez del picado.*



243 «Muffins» integrales de frambuesas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15-20 minutos* **PARA** *12* muffins

115 g de harina integral
85 g de harina blanca
1 cucharada de levadura en polvo
una pizca de sal
55 g de mantequilla derretida
55 g de azúcar blanquilla
1 huevo batido
200 ml de leche
115 g de frambuesas congeladas
azúcar lustre tamizado para decorar

1 Caliente el horno a 200 °C. Unte con mantequilla una placa para 12 *muffins* o forre cada uno con moldes de papel y reserve. Reserve 25 g de harina integral. Introduzca el resto de la harina integral en un cuenco. Tamice la harina blanca, la levadura en polvo y la sal en el cuenco y mezcle bien.

2 Mezcle la mantequilla derretida, el azúcar blanquilla, la leche y el huevo. Vierta esta preparación sobre los ingredientes secos e incorpórelos mezclando suavemente. Debe obtener una preparación granulosa, pues si la batiera en exceso los *muffins* resultarían pesados.

3 Mezcle las frambuesas con el resto de la harina; luego incorpórelas ligeramente a la preparación de los *muffins*. Reparta la mezcla entre los moldes.

4 Hornee los *muffins* de 20 a 25 minutos o hasta que estén bien hinchados y dorados. Colóquelos en una rejilla para que se enfríen. Sírvalos calientes o fríos, espolvoreados con un poco de azúcar lustre.

VARIANTE *Utilice arándanos enteros o picados o manzana cocida en vez de las frambuesas. Añada la cáscara finamente rallada de 1 naranja pequeña a la mezcla de huevo, si lo desea.*

244 «Muffins» glaseados de sultanas y naranjas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *30 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15-20 minutos*
PARA *9* muffins *grandes o 12 medianos*

200 g de harina blanca
1 cucharada de levadura en polvo
una pizca de sal
55 g de mantequilla
55 g de azúcar granulado
1 huevo batido
200 ml de leche
la cáscara finamente rallada de 1 naranja
115 g de sultanas
3 cucharadas de confitura de albaricoque
la cáscara finamente cortada de 1 naranja pequeña

1 Caliente el horno a 200 °C. Unte con mantequilla una placa de 9 o 12 *muffins* o forre cada molde con papel. Tamice la harina, la levadura y la sal en un cuenco.

2 Introduzca la mantequilla en un cazo pequeño y caliéntela lentamente hasta que se derrita. Retire el recipiente del fuego y déjelo enfriar ligeramente; luego mezcle la mantequilla derretida con el azúcar, el huevo, la leche y la cáscara de naranja finamente rallada.

3 Vierta la mezcla de huevo sobre los ingredientes secos e incorpórelos suavemente. La mezcla debe adquirir un aspecto granulado, pues si la trabajara demasiado obtendría unos *muffins* pesados.

4 Incorpore las sultanas a la preparación y repártala en los moldes. Hornee los *muffins* de 15 a 20 minutos o hasta que estén hinchados y dorados. Colóquelos en una rejilla para que se enfríen.

5 Para preparar el glaseado de albaricoque, introduzca la confitura y 3 cucharadas de agua en un cazo pequeño y remueva a fuego moderado hasta que se haya derretido y disuelto. Tamice el glaseado, vuelva a introducirlo en el cazo y añada la cáscara de naranja cortada en tiras finas. Deje cocer 1 minuto a fuego lento. Pinte el glaseado de naranja y albaricoque sobre los *muffins* fríos. Sírvalos.

VARIANTE *Utilice cáscara de limón en vez de naranja. Recubra los* muffins *con un poco de glaseado de naranja o limón o con un glaseado de crema de mantequilla en vez del de albaricoque, si lo desea.*

245 «Muffins» integrales de plátano

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *20 minutos*
PARA *9* muffins *grandes o 12 medianos*

200 g de harina integral
1 cucharada de levadura en polvo
una pizca de sal
½ cucharadita de nuez moscada
55 g de pasas
55 g de mantequilla derretida
55 g de azúcar moreno blando
1 huevo batido
200 ml de leche
2 plátanos medianos, pelados y aplastados con un poco de zumo de limón

1 Caliente el horno a 200 °C. Unte con mantequilla una placa para 9 o 12 *muffins* o forre cada cavidad con moldes de papel. Mezcle la harina, la levadura, la sal, la nuez moscada y las pasas en un cuenco.
2 Mezcle en un cuenco pequeño la mantequilla derretida, el azúcar, el huevo y la leche. Vierta la mezcla de huevos sobre los ingredientes secos y luego incorpórelos suavemente el tiempo justo para ligarlos. La mezcla debe adquirir una textura bastante granulosa, pues si la batiera demasiado los *muffins* resultarían pesados.
3 Incorpore los plátanos aplastados a la preparación anterior y reparta la mezcla homogéneamente en todos los moldes.
4 Hornee los *muffins* unos 20 minutos o hasta que estén hinchados y ligeramente dorados. Colóquelos en una rejilla metálica para que se templen. Sírvalos calientes o fríos.

246 «Muffins» de albaricoque y limón

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *20 minutos* **PARA** *9* muffins

85 g de harina blanca
1 cucharada de levadura en polvo
una pizca de sal
115 g de harina integral
55 g de mantequilla
55 g de azúcar moreno granulado
1 huevo batido
200 ml de leche
la cáscara finamente rallada de 1 limón
115 g de orejones de albaricoque picados
azúcar lustre tamizado para decorar

1 Caliente el horno a 200 °C. Unte con mantequilla una placa para 9 o 12 *muffins* o forre las cavidades con moldes de papel. Tamice la harina, la levadura y la sal en un cuenco grande e incorpore junto con la harina integral.
2 Introduzca la mantequilla en un cazo pequeño y caliéntela suavemente hasta que se derrita. Retírela del fuego y déjela templar ligeramente; luego, mézclela con el azúcar granulado, el huevo, la leche y la cáscara de limón.
3 Agregue esta preparación a la mezcla de harina y ligue todo suavemente. La mezcla debe adquirir un aspecto granuloso, pues si la batiera en exceso los *muffins* resultarían pesados.
4 Incorpore suavemente los albaricoques y distribuya la preparación entre los moldes.
5 Hornee los *muffins* unos 20 minutos o hasta que estén bien hinchados y dorados. Colóquelos en una rejilla metálica para que se enfríen. Espolvoréelos con azúcar lustre y sírvalos calientes o fríos.

VARIANTE *Recubra los* muffins *con un glaseado de limón o crema de mantequilla en vez de espolvorearlos con el azúcar lustre, si lo desea.*

247 Mini «muffins» de pacanas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *30 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *10 minutos* **PARA** *unos 48 mini muffins*

225 g de harina blanca
1 cucharada de levadura en polvo
una pizca de sal
55 g de azúcar moreno blando
55 g de mantequilla derretida
3 cucharadas de jarabe de arce
150 ml de leche
2 huevos batidos
115 g de pacanas finamente picadas
azúcar lustre tamizado para decorar

1. Caliente el horno a 200 °C. Forre con moldes de papel 2 placas para 24 mini *muffins* o bien coloque unos 48 mini moldes de papel sobre 2 placas para hornear. Resérvelos. Tamice la harina, la levadura y la sal en un cuenco y mezcle luego con el azúcar moreno blando.
2. Mezcle la mantequilla derretida, el jarabe de arce, la miel y los huevos en otro cuenco. Practique un hueco en el centro de los ingredientes secos y vierta la mezcla de huevo. Incorpore sólo lo justo para ligar todos los ingredientes. La mezcla debe adquirir una textura bastante granulosa, pues si la mezclara excesivamente obtendría unos *muffins* pesados.
3. Mezcle suavemente la preparación anterior con las pacanas y viértala en los moldes. Llene dos tercios de su altura.
4. Hornee unos 10 minutos, o hasta que los *muffins* estén hinchados y dorados. Colóquelos en una rejilla para que se templen. Espolvoréelos con azúcar lustre tamizado justo antes de servir, si lo desea. Sírvalos calientes o fríos.

VARIANTES *Utilice nueces picadas en vez de pacanas. Emplee jarabe de melaza o miel clara en lugar del jarabe de arce.*

248 Mini «muffins» de naranja y dátiles

TIEMPO DE PREPARACIÓN *30 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *10 minutos* **PARA** *unos 40 mini* muffins

140 g de harina blanca
1 cucharada de levadura en polvo
una pizca de sal
55 g de salvado
55 g de azúcar moreno blando
55 g de mantequilla derretida
1 huevo batido
200 ml de leche
la cáscara finamente rallada de 1 naranja
115 g de dátiles sin hueso finamente rallados
azúcar lustre tamizado para decorar

1 Caliente el horno a 200 °C. Forre con moldes de papel 2 placas para 24 mini *muffins* o coloque 40 mini moldes de papel sobre 2 placas de hornear. Resérvelos. Tamice la harina, la levadura en polvo y la sal en un cuenco; luego mezcle con el salvado y el azúcar moreno blando.
2 Mezcle la mantequilla derretida, el huevo y la cáscara de naranja en otro cuenco. Practique un hueco en el centro de los ingredientes secos y vierta la preparación de huevo. Mezcle suavemente los ingredientes, justo lo suficiente para incorporarlos. La preparación debe adquirir una textura bastante granulosa, pues un exceso de mezclado haría que los *muffins* quedaran pesados.
3 Incorpore suavemente los dátiles picados a la preparación anterior y repártala en los moldes preparados. Llénelos hasta dos tercios de su altura.
4 Hornee los *muffins* unos 10 minutos o hasta que estén bien hinchados y dorados. Colóquelos en una rejilla para que se templen. Espolvoréelos con azúcar lustre justo antes de servirlos. Sírvalos calientes o fríos.

VARIANTES *Utilice ciruelas pasas deshuesadas en vez de los dátiles. Emplee cáscara de limón en lugar de la cáscara de naranja.*

249 «Muffins» de cerezas y nueces

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *20 minutos* **PARA** *10* muffins

200 g de harina blanca con levadura incorporada
1 cucharadita de levadura en polvo
una pizca de sal
85 g de azúcar blanquilla
25 g de nueces picadas
115 g de cerezas confitadas picadas
55 g de mantequilla
1 huevo grande batido
150 ml de leche

1 Caliente el horno a 200 °C. Unte con mantequilla 10 cavidades de una placa para 12 *muffins* o forre con papel 10 moldes para *muffins* y resérvelos. Tamice la harina, la levadura y la sal en un cuenco grande; mezcle con el azúcar, las nueces y las cerezas.
2 Introduzca la mantequilla en un cazo pequeño y caliéntela suavemente hasta que se haya derretido. Retire el recipiente del fuego y deje enfriar ligeramente; luego incorpore la leche y mezcle.
3 Agregue la mezcla de leche a los ingredientes secos. Mezcle suavemente, aunque sólo lo justo para incorporarlos. La mezcla debe adquirir una textura bastante granulosa, pues un exceso de mezclado proporcionaría unos *muffins* pesados.
4 Hornee los *muffins* unos 20 minutos o hasta que estén bien hinchados y dorados. Colóquelos en una rejilla metálica para que se enfríen y sírvalos calientes o fríos.

VARIANTES *Utilice pacanas picadas o avellanas en vez de las nueces. Emplee cerezas deshidratadas picadas en lugar de las confitadas.*

250 «Muffins» de avena y piña

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15-20 minutos*
PARA *9* muffins *grandes o 12 medianos*

140 g de harina integral
55 g de harina de avena fina
1 cucharada de levadura en polvo
una pizca de sal
1 ½ cucharaditas de especias molidas
55 g de mantequilla derretida
55 g de azúcar moreno blando
1 huevo batido
200 ml de leche
115 g de orejones de albaricoque finamente picados
azúcar lustre tamizado para decorar

1 Caliente el horno a 200 °C. Unte con mantequilla 9 o 12 cavidades de una placa para 12 *muffins* o forre cada cavidad con un molde de papel y resérvelos. Reserve 25 g de harina. Introduzca el resto en un cuenco y mezcle con la harina de avena, la levadura en polvo, la sal y la mezcla de especias.
2 Mezcle la mantequilla derretida, el azúcar moreno blando, el huevo y la leche. Vierta la mezcla de huevo sobre los ingredientes secos; luego mézclelos suavemente, pero sólo lo justo para incorporarlos. La mezcla debe adquirir una textura bastante granulosa, pues un exceso de mezclado proporcionaría unos *muffins* pesados.
3 Mezcle la piña picada con la harina reservada e incorpore suavemente a la preparación anterior. Reparta la mezcla en los moldes.
4 Hornee los *muffins* de 15 a 20 minutos o hasta que estén bien hinchados y dorados. Colóquelos en una rejilla para que se enfríen. Sírvalos calientes o fríos, espolvoreados con un poco de azúcar lustre.

VARIANTES *Utilice salvado en vez de harina de avena. Emplee orejones de albaricoque o de melocotón en lugar de piña. Emplee canela molida en vez de la mezcla de especias.*

251 «Muffins» de zarzamoras

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *20 minutos* **PARA** *10-12* muffins

***Para los* muffins**
250 g de harina blanca
1 cucharada de levadura en polvo
una pizca de sal
85 g de azúcar moreno blando
225 ml de leche
1 huevo batido
1 cucharadita de esencia de vainilla
55 g de mantequilla derretida
175 g de zarzamoras frescas

Para las migas
55 g de harina blanca
2 cucharadas de azúcar moreno blando
1 cucharadita de mezcla de especias
25 g de mantequilla a dados

1 Caliente el horno a 200 °C. Unte con mantequilla 10 o 12 moldes para *muffins* o una placa para 12 *muffins* o bien forre cada cavidad con un molde de papel y reserve. Prepare la cobertura de migas. Mezcle la harina, el azúcar y las especias en un cuenco; luego amase ligeramente con la mantequilla a dados hasta que la mezcla adquiera la textura de unas migas gruesas. Reserve.
2 Prepare los *muffins*. Tamice la harina, la levadura y la sal en un cuenco y mezcle con el azúcar.
3 Mezcle la leche, el huevo y la esencia de vainilla con la preparación anterior y con la mantequilla derretida. Incorpore las zarzamoras, y mezcle sólo lo suficiente para incorporar todo. La preparación debe adquirir una textura granulosa, pues un exceso de mezclado proporcionaría unos *muffins* pesados.
4 Divida homogéneamente la preparación entre los moldes. Esparza por encima un poco de las migas.
5 Hornee los *muffins* unos 20 minutos, o hasta que estén hinchados y firmes al tacto. Colóquelos en una rejilla metálica para que se enfríen. Sírvalos calientes o fríos.

VARIANTE *Utilice arándanos frescos en vez de zarzamoras.*

252 Mini «muffins» de pepitas de chocolate

TIEMPO DE PREPARACIÓN *30 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *10 minutos* **PARA** *unos 40 mini* muffins

200 g de harina
1 cucharada de levadura en polvo
una pizca de sal
55 g de mantequilla derretida
55 g de azúcar blanquilla
1 huevo batido
200 ml de leche
115 g de pepitas de chocolate negro (o una mezcla de negro y blanco)

1 Caliente el horno a 200 °C. Forre con papel unos 40 moldes de dos placas para 24 mini *muffins*, o coloque 40 mini moldes de papel sobre 2 placas para hornear. Resérvelos. Tamice la harina, la levadura y la sal en un cuenco.

2 Mezcle la mantequilla derretida, el azúcar, el huevo y la leche en otro cuenco. Practique un hueco en el centro de los ingredientes secos y vierta la mezcla de huevo. Mezcle suavemente los ingredientes, pero sólo lo justo para incorporarlos. La preparación debe adquirir una textura granulosa, pues un exceso de mezclado proporcionaría unos *muffins* pesados.

3 Incorpore lentamente las pepitas de chocolate y luego vierta la mezcla en los moldes. Llénelos unos dos tercios de su altura.

4 Hornee los *muffins* unos 10 minutos o hasta que estén hinchados y dorados. Colóquelos en una rejilla metálica para que se templen. Sírvalos calientes o fríos.

VARIANTES *Utilice avellanas tostadas picadas en vez de 55 g de pepitas de chocolate. Prepare 9* muffins *grandes o 12 medianos. Unte con mantequilla las cavidades de una placa estándar para* muffins *o forre las cavidades con moldes de papel. Prepare la mezcla para* muffin *tal y como se ha indicado; luego repártala. Hornee los* muffins *de 15 a 20 minutos.*

253 «Muffins» de queso y bacon

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *20 minutos* **PARA** *12* muffins

300 g de harina con levadura incorporada
½ cucharadita de levadura en polvo
1 cucharadita de pimentón
una pizca de sal
85 g de mantequilla a dados
6 lonchas de bacon ahumado magro (unos 140 g) picado
175 g de queso cheddar curado o semicurado rallado
1 huevo batido
250 ml de leche

1 Caliente el horno a 200 °C. Unte con mantequilla todas las cavidades de una placa para 12 *muffins* o forre cada una con un molde de papel. Resérvelos. Tamice la harina, la levadura, el pimentón y la sal en un cuenco grande; luego amase ligeramente con la mantequilla.

2 Mezcle la preparación anterior con el bacon y el queso y luego agregue el huevo y la leche, sin dejar de remover suavemente para mezclarlos.

3 Reparta la mezcla homogéneamente en los moldes.

4 Hornee los *muffins* unos 20 minutos o hasta que estén bien hinchados, dorados y firmes al tacto. Colóquelos en una rejilla metálica para que se enfríen. Sírvalos calientes o fríos.

VARIANTES *Justo antes de hornear, espolvoree cada* muffin *con un poco de queso rallado, si lo desea. Utilice emmental, gruyère, o manchego en vez del cheddar.*

CAPÍTULO 5

Recetas para panificadoras

Las panificadoras o máquinas de pan realizan el trabajo pesado, de modo que le permiten ser creativo y producir una amplia gama de panes dulces y salados con muy poco esfuerzo. Asimismo, las máquinas de pan le permiten crear panes y panecillos de fantasía, como trenzas y nudos, masas enriquecidas, pasteles de manteca y croissants, y, especialmente, panes como «baguettes» con tan sólo utilizar la opción Sólo para masa. Tan sólo tiene que cocerlos en el horno convencional.

Existen diferentes máquinas de pan en el mercado, todas ellas con distintas características, por lo que vale la pena informarse con anterioridad para asegurarse de que adquiere la máquina adecuada para sus necesidades.

Entre las tentadoras recetas que se han incluido en este capítulo se encuentran panes básicos como el blanco o integral, así como panes aromatizados como el pan de semillas de alcaravea o el pan de polenta a las hierbas. Asimismo, encontrará delicias como los «bagels» de sésamo, los nudos de semillas de amapola o el pan de chocolate marmoleado.

254 Pan blanco básico

TIEMPO DE PREPARACIÓN *10 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *varía de acuerdo con el fabricante*
PARA *1 pan mediano (para 10 raciones)*

350 ml de agua
500 g de harina de fuerza blanca
1 cucharada de leche en polvo desnatada
1 ½ cucharaditas de sal
2 cucharaditas de azúcar granulado
25 g de mantequilla a dados
1 cucharadita de levadura seca rápida

1 Tenga en cuenta que las máquinas varían, por lo que debe añadir los ingredientes en la máquina en el orden especificado en su libro de instrucciones (si difiere del que aquí le proporcionamos).
2 Introduzca el agua en el recipiente de la máquina. Vierta la harina por encima, de modo que cubra el agua por completo. Espolvoree la leche en polvo sobre la harina. Agregue la sal, el azúcar y la mantequilla. Para ello, introdúzcalos en distintas esquinas del recipiente. Practique un pequeño hueco en el centro de la harina y añada la levadura.
3 Coloque la tapa a la máquina. Active el programa recomendado en el manual (por lo general, la opción para Pan blanco básico/normal), seleccione el tamaño del pan y el tipo de corteza y, finalmente, presione la opción Start o Inicio.
4 Una vez que haya finalizado el ciclo de horneado, retire el recipiente de la máquina y, finalmente, coloque el pan sobre una rejilla metálica para que se enfríe. Sírvalo cortado en rebanadas.

255 Pan moreno básico

TIEMPO DE PREPARACIÓN *10 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *varía de acuerdo con el fabricante*
PARA *1 pan mediano (para 10 raciones)*

350 ml de agua
250 g de harina de fuerza integral
250 g de harina de fuerza blanca
1 cucharada de leche en polvo desnatada
1 ½ cucharaditas de sal
2 cucharaditas de azúcar granulado
25 g de mantequilla a dados
1 cucharadita de levadura seca rápida

1 Tenga en cuenta que las máquinas varían, por lo que debe añadir los ingredientes en el recipiente en el orden especificado en su libro de instrucciones (si difiere del que aquí le proporcionamos).
2 Vierta el agua en el recipiente para el pan. Introduzca ambos tipos de harina, asegurándose de que el agua queda completamente cubierta. Espolvoree la leche en polvo sobre la harina. Agregue la sal, el azúcar y la mantequilla. Para ello, introdúzcalos en distintas esquinas de la máquina. Practique un pequeño agujero en el centro de la harina y agregue la levadura.
3 Tape el recipiente. Active el programa recomendado en el manual (Pan blanco básico/normal o integral), seleccione el tamaño y el tipo de pan y la corteza y presione Start o Inicio.
4 Una vez el ciclo de horneado haya concluido, retire el recipiente de la máquina y coloque el pan sobre una rejilla metálica para que se enfríe. Sírvalo cortado en rebanadas.

256 Pan integral casero

TIEMPO DE PREPARACIÓN *10 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *varía de acuerdo con el fabricante*
PARA *1 pan mediano (para 10 raciones)*

350 ml de agua
400 g de harina de fuerza integral
115 g de harina de fuerza blanca
1 ½ cucharaditas de sal
2 cucharaditas de azúcar granulado
25 g de mantequilla a dados
1 cucharadita de levadura seca rápida

1 Tenga en cuenta que las máquinas varían, por lo que debe añadir los ingredientes en el recipiente en el orden especificado en su libro de instrucciones (si difiere del que aquí le proporcionamos).
2 Vierta el agua en el recipiente de la máquina. Esparza por encima ambas harinas, asegurándose de que el agua queda cubierta por completo. Agregue la sal, el azúcar y la mantequilla. Para ello, introdúzcalos en distintas esquinas del recipiente. Practique un pequeño agujero en el centro de la harina y añada la levadura.
3 Tape el recipiente. Active el programa recomendado en el manual (generalmente Pan integral o Multicereales), seleccione el tamaño del pan y el tipo de corteza y presione Start o Inicio.
4 Una vez haya finalizado el ciclo de horneado, retire el pan del recipiente y colóquelo sobre una rejilla para que se enfríe. Sírvalo cortado en rebanadas.

257 Pan de trigo malteado

TIEMPO DE PREPARACIÓN *10 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *varía de acuerdo con el fabricante*
PARA *1 pan mediano (para 10 raciones)*

300 ml de agua
2 cucharadas de extracto de malta
450 g de harina de fuerza de trigo malteada
1 cucharada de leche en polvo descremada
1 ½ cucharaditas de sal
2 cucharaditas de azúcar granulado
25 g de mantequilla a dados
1 cucharadita de levadura seca rápida

1 Tenga que en cuenta que las máquinas varían, por lo que debe añadir los ingredientes en el recipiente en el orden especificado en su libro de instrucciones (siempre y cuando difiera de las instrucciones que aquí le proporcionamos).
2 Vierta el agua en el recipiente de la máquina; luego agregue el extracto de malta. Reparta la harina de forma que recubra el agua por completo. Espolvoree la leche en polvo sobre la harina. Agregue la sal, el azúcar y la mantequilla. Para ello, introdúzcalos en distintas esquinas del recipiente. Practique un pequeño agujero en el centro de la harina y añada la levadura.
3 Tape el recipiente. Active el programa recomendado (generalmente Pan integral o Multicereales), seleccione el tamaño del pan y el tipo de corteza y presione Start o Inicio.
4 Una vez el ciclo de horneado haya finalizado, retire el recipiente de la máquina y coloque el pan sobre una rejilla metálica para que se enfríe. Sírvalo cortado en rebanadas.

258 Pan de la granja

TIEMPO DE PREPARACIÓN *10 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *varía de acuerdo con el fabricante*
PARA *1 pan mediano (para 10 raciones)*

350 ml de agua
400 g de harina de fuerza blanca y un poco más para espolvorear
115 g de harina de fuerza integral
1 cucharada de leche en polvo descremada
1 ½ cucharaditas de sal
2 cucharaditas de azúcar moreno blando
25 g de mantequilla derretida
1 ½ cucharaditas de levadura seca rápida

1 Tenga en cuenta que las máquinas de pan varían, por lo que debe añadir los ingredientes en la máquina en el orden especificado en su libro de instrucciones (siempre y cuando difiera del que aquí le proporcionamos).
2 Vierta el agua en el recipiente. Espolvoree por encima las harinas, una tras otra, de forma que cubran el agua por completo. Vierta la leche en polvo sobre la harina. Agregue la sal, el azúcar y la mantequilla. Para ello, introdúzcalos en distintas esquinas de la máquina. Practique un pequeño agujero en el centro de la harina y añada la levadura.
3 Tape el recipiente. Active el programa recomendado en el manual (generalmente Pan blanco básico/Normal), seleccione el tamaño del pan y el tipo de corteza y presione Start o Inicio. Si le es posible, 10 minutos antes de que empiece el ciclo de horneado, pinte la superficie del pan con agua y espolvoréela con un poco de harina. Con un cuchillo afilado, practique, a lo largo del pan, una pequeña incisión de 1 cm de profundidad.
4 Una vez el ciclo de horneado haya finalizado, retire el pan de la máquina y colóquelo sobre una rejilla metálica para que se enfríe. Sírvalo cortado en rebanadas.

259 Pan campesino

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos, más el mezclado y amasado en la máquina y el levado*
TIEMPO DE COCCIÓN *30-35 minutos* **PARA** *1 pan (para 10-12 raciones)*

agua caliente para mezclar (de acuerdo con las instrucciones del paquete de la mezcla para pan blanco)
500 g de mezcla para pan blanco
1 cucharadita de sal
harina de fuerza blanca para espolvorear

1 Tenga en cuenta que las máquinas de pan varían, por lo que debe añadir los ingredientes a la máquina en el orden especificado en su libro de instrucciones (si difiere del que aquí le proporcionamos).

2 Vierta la cantidad correcta de agua (de acuerdo con las instrucciones del paquete) en el recipiente de la máquina. Para asegurar una buena forma al pan, la masa debe adquirir una textura lo suficientemente firme como para que la bola inferior de masa pueda soportar el peso de la pieza superior sin derrumbarse, por lo que quizás no tenga necesidad de añadir toda el agua. Sin embargo, si el pan adquiere una forma irregular, no se preocupe, resultará igualmente delicioso. Esparza por encima la mezcla para pan de forma que cubra el agua por completo. Tape y active el programa para Masa y presione Start o Inicio.

3 Mientras, unte con mantequilla o espolvoree con harina 2 placas para hornear y resérvelas. Cuando el ciclo de la masa haya acabado, retire la masa de la máquina, aplástela sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y corte un tercio de la masa. Forme una bola con cada porción de masa y colóquelas sobre una placa para hornear. Tape y deje levar en un lugar caliente hasta que la masa haya doblado su tamaño.

4 Caliente el horno a 220 °C. Aplaste suavemente cada porción de masa y coloque con mucho cuidado la bola pequeña encima de la grande. Para unir ambas piezas, presione suavemente el centro de la masa con el mango de una cuchara de madera espolvoreado con harina. Vaya aumentando ligeramente el agujero con sus dedos. Deje reposar de 5 a 10 minutos.

5 Mezcle la sal con 1 cucharada de agua caliente y remueva hasta que la sal se haya disuelto; luego pinte ligeramente el pan con dicha mezcla y espolvoréelo con un poco de harina. Con un cuchillo muy afilado, practique varias incisiones a intervalos regulares alrededor de la superficie del pan y de su base. Hornee el pan de 30 a 35 minutos, o hasta que esté dorado y al golpear su base suene hueca. Colóquelo en una rejilla metálica para que se enfríe. Sírvalo cortado en rebanadas.

260 Pan de leche

TIEMPO DE PREPARACIÓN *10 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *varía de acuerdo con el fabricante*
PARA *1 pan mediano (para 10 raciones)*

200 ml de agua a temperatura ambiente
100 ml de agua
450 g de harina de fuerza blanca
1 ½ cucharaditas de sal
2 cucharaditas de azúcar granulado
25 g de mantequilla a dados
1 cucharadita de levadura seca rápida

1 Tenga en cuenta que las máquinas de pan varían, por lo que debe añadir los ingredientes en la máquina en el orden especificado en su libro de instrucciones (siempre y cuando difiera del que aquí le proporcionamos).

2 Vierta la leche y el agua en el recipiente de la máquina. Esparza por encima la harina, asegurándose de que el agua queda recubierta por completo. Agregue la sal, el azúcar y la mantequilla. Para ello, introdúzcalos en distintas esquinas de la máquina de pan. Practique un pequeño agujero en el centro de la harina y agregue la levadura.

3 Tape el recipiente, active el programa recomendado en el manual (generalmente Pan blanco básico/normal), seleccione el tipo de pan y de corteza y presione Start o Inicio.

4 Una vez el ciclo de horneado haya finalizado, retire el recipiente de la máquina y coloque el pan sobre una rejilla metálica para que se enfríe.

261 Pan de semillas de alcaravea

TIEMPO DE PREPARACIÓN *10 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *varía de acuerdo con el fabricante*
PARA *1 pan mediano (para 10 raciones)*

350 ml de agua
2 cucharadas de miel clara
400 g de harina de fuerza integral
115 g de harina de fuerza blanca
2 cucharadas de semillas de alcaravea
2 cucharadas de leche en polvo descremada
1 ½ cucharaditas de sal
25 g de mantequilla a dados
1 cucharadita de levadura seca rápida

1 Tenga en cuenta que las máquinas de pan varían, por lo que debe agregar los ingredientes en el orden especificado en su libro de instrucciones (si difiere del que aquí le proporcionamos).
2 Vierta el agua en la máquina y añada la miel. Esparza por encima ambas harinas, una tras otra, y cubra el agua por completo. Esparza las semillas sobre la harina y luego la leche en polvo. Añada la sal y la mantequilla. Introdúzcalas en distintas esquinas de la máquina. Practique una pequeña incisión en el centro de la harina y añada la levadura.
3 Tape el recipiente. Active el programa recomendado en el manual (generalmente Multicereales o Integral), seleccione el tamaño del pan y el tipo de corteza y presione Start o Inicio.
4 Una vez que el ciclo de horneado haya finalizado, retire el recipiente de la máquina y coloque el pan sobre una rejilla metálica para que se enfríe. Sírvalo cortado en rebanadas.

VARIANTES *Utilice comino o semillas de hinojo o alcaravea. Emplee jarabe de arce en vez de miel.*

262 Pan de centeno y semillas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *10 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *varía de acuerdo con el fabricante*
PARA *1 pan mediano (para 10 raciones)*

350 ml de agua
1 cucharada de miel clara
400 g de harina de fuerza blanca
115 g de harina de centeno
2 cucharadas de semillas de alcaravea
2 cucharadas de leche en polvo
1 ½ cucharaditas de sal
25 g de mantequilla a dados
1 cucharadita de levadura seca rápida

1 Tenga en cuenta que las máquinas de pan varían, por lo que debe añadir los ingredientes en la máquina en el orden especificado en su libro de instrucciones (si difiere del aquí proporcionadas).
2 Vierta el agua en la máquina y agregue la miel. Esparza por encima ambas harinas, una tras otra, y cubra el agua por completo. Esparza las semillas sobre la harina y luego agregue la leche en polvo. Introduzca la sal y la mantequilla. Introdúzcalas en distintas esquinas del recipiente. Practique un pequeño agujero en el centro de la harina y añada la levadura.
3 Tape el recipiente. Active el programa recomendado en el manual (generalmente Pan blanco básico/Normal), seleccione el tamaño del pan y el tipo de corteza y presione Start o Inicio.
4 Una vez que el ciclo de horneado haya finalizado, retire el pan de la máquina y colóquelo sobre una rejilla metálica para que se enfríe. Sírvalo cortado en rebanadas.

VARIANTE *Utilice harina de fuerza integral en vez de centeno.*

263 Pan de pipas de girasol

TIEMPO DE PREPARACIÓN *10 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *varía de acuerdo con el fabricante*
PARA *1 pan mediano (para 10 raciones)*

300 ml de agua
2 cucharadas de aceite de girasol
225 g de harina de fuerza blanca
225 g de harina de fuerza de trigo malteada
1 cucharada de leche en polvo descremada
1 ½ cucharaditas de sal
2 cucharaditas de azúcar granulado
1 cucharadita de levadura seca rápida
5 cucharadas de pipas de girasol

1 Tenga en cuenta que las máquinas de pan varían, por lo que debe añadir los ingredientes en la máquina en el orden especificado en su libro de instrucciones (siempre y cuando difiera del que aquí le proporcionamos).

2 Vierta el agua en el recipiente de la máquina y luego agregue el aceite. Esparza por encima cada tipo de harina, una tras otra, y cubra el agua por completo. Espolvoree la leche en polvo sobre las harinas. Agregue la sal y el azúcar. Para ello, introdúzcalos en distintas esquinas del recipiente. Practique un pequeño agujero en el centro de la harina y añada la levadura.

3 Tape. Active el programa recomendado en el manual (generalmente Pan blanco básico/Normal), seleccione el tamaño del pan y el tipo de corteza y presione Start o Inicio.

4 Agregue las pipas de girasol cuando la máquina emita un pitido para añadir los ingredientes extra durante el ciclo de amasado (o 5 minutos antes de finalizar el ciclo de amasado).

5 Una vez haya finalizado el ciclo de amasado, retire el recipiente de la máquina y coloque el pan sobre una rejilla metálica para que se enfríe. Sírvalo cortado en rebanadas.

264 Pan de seis semillas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *10 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *varía de acuerdo con el fabricante*
PARA *1 pan mediano (para 10 raciones)*

300 ml de agua
2 cucharadas de aceite de girasol
225 g de harina de fuerza blanca
225 g de harina de fuerza malteada
1 cucharada de leche en polvo descremada
1 ½ cucharaditas de sal
2 cucharaditas de azúcar granulado
1 cucharadita de levadura seca rápida
2 cucharadas de pipas de girasol
1 cucharada de pipas de calabaza
2 cucharaditas de semillas de sésamo y 2 de amapola
1 cucharadita de semillas de alcaravea y 1 de hinojo

1 Tenga en cuenta que las máquinas de pan varían, por lo que debe añadir los ingredientes en la máquina en el orden especificado en su libro de instrucciones (siempre y cuando difiera del que aquí le proporcionamos).

2 Vierta el agua en el recipiente de la máquina y luego agregue el aceite. Esparza por encima cada tipo de harina, una tras otra, para cubrir el agua por completo. Espolvoree la leche en polvo sobre las harinas. Agregue la sal y el azúcar. Para ello, introdúzcalos en distintas esquinas del recipiente. Practique un pequeño agujero en el centro de la harina y añada la levadura.

3 Tape. Active el programa recomendado en el manual (generalmente Pan blanco básico/Normal), seleccione el tamaño del pan y el tipo de corteza y presione Start o Inicio. Mezcle las semillas. Agregue las semillas cuando la máquina emita un pitido para añadir los ingredientes extra durante el ciclo de amasado (o 5 minutos antes de finalizar el ciclo de amasado).

4 Una vez haya finalizado el ciclo de amasado, retire el recipiente de la máquina y coloque el pan sobre una rejilla metálica para que se enfríe. Sírvalo cortado en rebanadas.

VARIANTE *Puede encontrar paquetes con una mezcla de semillas apropiadas para máquinas de pan. Utilice 5 cucharadas de esta mezcla de semillas en vez de las cantidades indicadas.*

265 Panecillos de tomates secados al sol

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos, más el mezclado y amasado en la máquina de pan, y el levado*
TIEMPO DE COCCIÓN *20 minutos* **PARA** *unos 10 panecillos grandes*

350 ml de agua
2 cucharadas del aceite de los tomates secados al sol
500 g de harina de fuerza blanca y un poco más para espolvorear
1 cucharadita de sal
1 cucharadita de azúcar granulado
1 cucharadita de levadura seca rápida
115 g de tomates secados al sol (peso escurrido), totalmente secos y picados
leche para glasear

1 Tenga en cuenta que las máquinas de pan varían, por lo que debe añadir los ingredientes en la máquina en el orden especificado en su libro de instrucciones (siempre y cuando difiera del que aquí le proporcionamos).
2 Vierta el agua en el recipiente de la máquina y luego agregue el aceite. Esparza por encima la harina para que cubra el agua por completo. Agregue la sal y el azúcar. Para ello, introdúzcalos en distintas esquinas del recipiente. Practique un pequeño agujero en el centro de la harina y añada la levadura. Tape. Active la máquina en Masa y presione Start o Inicio.
3 Mientras, unte con mantequilla o espolvoree con harina 2 placas para hornear y resérvelas. Cuando el ciclo para Masa haya finalizado, retire la masa de la máquina, aplástela sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase con los tomates picados.
4 Divida la masa en 10 porciones iguales. Extienda cada una formando un círculo u óvalo y aplánelo ligeramente. Coloque los panecillos bien espaciados sobre las placas. Tápelos y déjelos levar en un lugar caliente unos 30 minutos, o hasta que hayan doblado su tamaño.
5 Caliente el horno a 200 °C. Unte con leche las superficies de los panecillos y espolvoréelos con la harina. Hornéelos unos 20 minutos o hasta que estén dorados y al golpear su base suene hueca. Colóquelos en una rejilla para que se templen. Sírvalos calientes.

266 Pan francés

TIEMPO DE PREPARACIÓN *15 minutos, más el mezclado y amasado en la máquina de pan, y el levado*
TIEMPO DE COCCIÓN *15-20 minutos* **PARA** *2 barras (cada una para 4-6 raciones)*

300 ml de agua
400 g de harina de fuerza blanca
55 g de harina blanca
1 ½ cucharaditas de sal
1 cucharadita de azúcar granulado
1 cucharadita de levadura seca rápida

1 Tenga en cuenta que las máquinas de pan varían, por lo que debe añadir los ingredientes en la máquina en el orden especificado en su libro de instrucciones (siempre y cuando difiera del que aquí le proporcionamos).
2 Vierta el agua en el recipiente de la máquina. Esparza por encima las harinas, una tras otra, e intente cubrir el agua por completo. Agregue la sal y el azúcar. Para ello, introdúzcalos en distintas esquinas del recipiente. Practique un pequeño agujero en el centro de la harina y añada la levadura. Tape. Active la máquina en Masa francesa y presione Start o Inicio.
3 Mientras, espolvoree con harina 1 placa para hornear y resérvela. Cuando el ciclo para Masa francesa haya finalizado, retire la masa de la máquina y aplástela sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina. Divida la masa por la mitad. Extienda cada porción de masa formando un rectángulo de 20 x 7,5 cm.
4 Empezando por un lado alargado, enrolle cada porción de masa como si se tratara de un brazo de gitano. Estire suavemente cada porción para formar un pan de unos 28-33 cm de longitud. Colóquelas entre los pliegues de un paño para darles soporte, tápelas y déjelas levar en un lugar caliente hasta que hayan doblado su tamaño.
5 Caliente el horno a 200 °C. Coloque los panes en la placa y, con ayuda de un cuchillo afilado, practique unas entallas diagonales sobre la superficie de cada uno a intervalos regulares. Vaporice con agua el interior del horno caliente y hornee inmediatamente los panes de 15 a 20 minutos o hasta que estén crujientes o dorados. Colóquelos en una rejilla para que se templen. Sírvalos calientes.

267 Panecillos de chapata al romero

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos, más el mezclado y amasado en la máquina de pan y el levado*
TIEMPO DE COCCIÓN *20 minutos* **PARA** *unos 10 panecillos medianos*

350 ml de agua
2 cucharadas de aceite de oliva
500 g de harina de fuerza blanca y un poco más para espolvorear
1 cucharadita de sal
1 cucharadita de azúcar granulado
1 cucharadita de levadura seca rápida
1 cucharada de romero fresco finamente picado
leche para glasear

1 Tenga en cuenta que las máquinas de pan varían, por lo que debe añadir los ingredientes en la máquina en el orden especificado en su libro de instrucciones (siempre y cuando difiera del que aquí le proporcionamos).

2 Vierta el agua en el recipiente de la máquina y luego agregue el aceite. Esparza por encima la harina y cubra el agua por completo. Agregue la sal y el azúcar. Para ello, introdúzcalos en distintas esquinas del recipiente. Practique un pequeño agujero en el centro de la harina y añada la levadura. Tape, active la máquina en Masa y presione Start o Inicio.

3 Mientras, unte con mantequilla o espolvoree con harina 2 placas para hornear y resérvelas. Cuando el ciclo para Masa haya finalizado, retire la masa de la máquina, aplástela sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase con el romero picado.

4 Divida la masa en 10 porciones iguales. Extienda cada una formando un círculo u óvalo y aplánelo ligeramente. Coloque los panecillos bien espaciados sobre las placas. Tápelos y déjelos levar en un lugar caliente unos 30 minutos, o hasta que hayan doblado su tamaño.

5 Caliente el horno a 200 °C. Unte las superficies de los panecillos con leche y espolvoréelos con la harina. Hornéelos 20 minutos o hasta que estén dorados y al golpear su base suenen hueco. Colóquelos en una rejilla para que se templen. Sírvalos calientes.

268 Pan de tomates secados al sol

TIEMPO DE PREPARACIÓN *10 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *varía de acuerdo con el fabricante*
PARA *1 pan mediano (para 8-10 raciones)*

300 ml de agua
1 cucharada de aceite de los tomates secados al sol
450 g de harina de fuerza blanca
55 g de queso parmesano finamente rallado
1 ½ cucharaditas de sal
2 cucharaditas de azúcar blanquilla
1 cucharadita de levadura seca rápida
55 g de tomates secados al sol (peso escurido), secos y picados

1 Tenga en cuenta que las máquinas de pan varían, por lo que debe añadir los ingredientes en la máquina en el orden especificado en su libro de instrucciones (siempre y cuando difiera del que aquí le proporcionamos).
2 Vierta el agua en el recipiente de la máquina y luego agregue el aceite. Esparza por encima la harina. Debe cubrir el agua por completo. Espolvoree con el parmesano. Agregue la sal y el azúcar. Para ello, introdúzcalos en distintas esquinas del recipiente. Practique un pequeño agujero en el centro de la harina y añada la levadura.
3 Tape. Active la máquina en el programa recomendado en el manual (generalmente Pan blanco básico/Normal, con la opción para pasas o similar, si la posee), seleccione el tamaño del pan y el tipo de corteza y presione Start o Inicio.
4 Agregue los tomates secados al sol cuando la máquina emita un pitido para añadir los ingredientes extra durante el ciclo de amasado (5 minutos antes de finalizar el ciclo de amasado).
5 Una vez el ciclo de horneado haya finalizado, retire el recipiente de la máquina y coloque el pan sobre una rejilla para que se enfríe. Sírvalo cortado en rebanadas.

269 «Focaccia» de tomate

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos, más el mezclado y amasado en la máquina de pan y el levado*
TIEMPO DE COCCIÓN *25 minutos* **PARA** *2 panes (cada uno para 6 raciones)*

325 ml de agua
3 cucharadas del aceite de los tomates secados al sol
500 g de harina de fuerza blanca
1 cucharadita de sal
1 cucharadita de azúcar granulado
1 cucharadita de levadura seca rápida
115 g de tomates secados al sol en aceite (peso escurrido), secos y picados
1 cucharada de aceite de oliva para glasear

1 Tenga en cuenta que las máquinas de pan varían, por lo que debe añadir los ingredientes en la máquina en el orden especificado en su libro de instrucciones (siempre y cuando difiera del que aquí le proporcionamos).
2 Vierta el agua en el recipiente de la máquina y luego agregue el aceite de los tomates secados al sol. Esparza por encima la harina. Debe cubrir el agua por completo. Agregue la sal y el azúcar. Para ello, introdúzcalos en distintas esquinas del recipiente. Practique un pequeño agujero en el centro de la harina y añada la levadura. Tape. Active la máquina en Masa y presione Start o Inicio.
3 Mientras, unte con mantequilla o espolvoree con harina 2 placas para hornear y resérvelas. Cuando el ciclo para la masa haya acabado, retire el recipiente de la máquina y coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina. Amase con los tomates picados.
4 Divida la masa por la mitad. Forme panes planos redondos de unos 2,5 cm de grosor y unos 16 cm de diámetro. Colóquelos sobre las placas, tape y deje levar en un lugar caliente hasta que hayan doblado su tamaño.
5 Caliente el horno a 200 °C. Con las yemas de los dedos, practique unas pequeñas incisiones sobre la superficie de cada círculo y píntelos con un poco de aceite de oliva. Hornee unos 25 minutos o hasta que los panes estén cocidos y dorados. Colóquelos en una rejilla metálica para que se templen. Sírvalos calientes y cortados en porciones.

270 Panecillos de aceite de oliva

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos, más el mezclado y amasado en la máquina de pan y el levado*
TIEMPO DE COCCIÓN *20 minutos* **PARA** *unos 10 panecillos grandes*

350 ml de agua
2 cucharadas de aceite de oliva virgen y un poco más para glasear
500 g de harina de fuerza blanca
1 cucharadita de sal
1 cucharadita de azúcar granulado
1 cucharadita de levadura seca rápida
115 g de aceitunas negras sin hueso y picadas

1 Tenga en cuenta que las máquinas de pan varían, por lo que debe añadir los ingredientes en la máquina en el orden especificado en su libro de instrucciones (siempre y cuando difiera del que aquí le proporcionamos).
2 Vierta el agua en el recipiente de la máquina y luego agregue el aceite. Esparza por encima la harina. Debe cubrir el agua por completo. Agregue la sal y el azúcar. Para ello, introdúzcalos en distintas esquinas del recipiente. Practique un pequeño agujero en el centro de la harina y añada la levadura. Tape. Active la máquina en Masa y presione Start o Inicio.
3 Mientras, unte con mantequilla o espolvoree con harina 2 placas para hornear y resérvelas. Cuando el ciclo para la masa haya acabado, retire el recipiente de la máquina y coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina. Amase con las aceitunas picadas.
4 Divida la masa en 10 porciones iguales. Forme con cada una un círculo u óvalo y aplástelo ligeramente. Colóquelos bien espaciados sobre las placas, tape y deje levar unos 30 minutos en un lugar caliente o hasta que hayan doblado su tamaño.
5 Caliente el horno a 200 °C. Pinte las superficies de los panecillos con aceite de oliva. Hornéelos unos 20 minutos o hasta que estén dorados y al golpear la base suene hueca. Colóquelos en una rejilla metálica para que se templen. Sírvalos calientes y cortados en porciones.

VARIANTE *Incorpore 1-2 cucharadas de hierbas frescas picadas a la masa junto con las aceitunas.*

271 Pan de polenta a las hierbas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *10 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *varía de acuerdo con el fabricante*
PARA *1 pan mediano (para 10 raciones)*

300 ml de agua
3 cucharadas de miel clara
3 cucharadas de hierbas secas picadas, como perejil, cebollinos y albahaca
55 g de polenta
350 g de harina de fuerza integral
115 g de harina de fuerza blanca
1 ½ cucharaditas de sal
25 g de mantequilla a dados
1 ½ cucharaditas de levadura seca rápida

1 Tenga en cuenta que las máquinas de pan varían, por lo que debe añadir los ingredientes en la máquina en el orden especificado en su libro de instrucciones (siempre y cuando difiera del que aquí le proporcionamos).
2 Vierta el agua en el recipiente de la máquina y luego agregue la miel. Esparza por encima las hierbas picadas y la polenta y luego espolvoree ambas harinas. Debe cubrir el agua por completo. Agregue la sal y la mantequilla. Para ello, introdúzcalas en distintas esquinas del recipiente. Practique un pequeño agujero en el centro de la harina y añada la levadura.
3 Tape. Active la máquina en el programa recomendado en el manual (generalmente Pan integral) y presione Start o Inicio.
4 Una vez el ciclo de horneado haya finalizado, retire el pan de la máquina y colóquelo sobre una rejilla metálica para que se enfríe. Sírvalo cortado en rebanadas.

VARIANTE *Utilice jarabe de arce en vez de miel.*

272 Pan de queso y bacon

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *varía de acuerdo con el fabricante*
PARA *1 pan mediano (para 10 raciones)*

350 ml de agua
500 g de harina de fuerza morena
1 ½ cucharadas de leche en polvo descremada
1 ½ cucharaditas de sal
1 cucharada de azúcar granulado
1 cucharadita de levadura seca rápida
85 g de bacon ahumado picado
85 g de queso cheddar curado rallado

1 Tenga en cuenta que las máquinas de pan varían, por lo que debe añadir los ingredientes en la máquina en el orden especificado en su libro de instrucciones (siempre y cuando difiera del que aquí le proporcionamos).
2 Vierta el agua en el recipiente de la máquina. Esparza por encima la harina. Debe cubrir el agua por completo. Espolvoree la leche sobre la harina. Agregue la sal y el azúcar. Para ello, introdúzcalos en distintas esquinas del recipiente. Practique un pequeño agujero en el centro de la harina y añada la levadura.
3 Tape. Active la máquina en el programa recomendado en el manual (generalmente Pan blanco básico/Normal, con la opción para pasas o similar, si dispone de ella), seleccione el tamaño del pan y el tipo de corteza y presione Start o Inicio.
4 Mezcle el bacon y el queso. Añada la mezcla de bacon y queso cuando la máquina emita una especie de pitido para agregar los ingredientes extra durante el ciclo de amasado (o 5 minutos antes de finalizar el ciclo).
5 Una vez el ciclo de horneado haya finalizado, retire el pan de la máquina y colóquelo sobre una rejilla metálica para que se enfríe. Sírvalo cortado en rebanadas.

VARIANTES *Utilice jamón cocido ahumado picado en vez de bacon. Emplee queso gruyère o emmental en lugar del cheddar.*

273 Pan de queso y aceitunas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *10 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *varía de acuerdo con el fabricante*
PARA *1 pan mediano (para 8-10 raciones)*

300 ml de agua
1 cucharada de aceite de oliva virgen extra
450 g de harina de fuerza blanca
70 g de queso parmesano acabado de rallar
1 ½ cucharaditas de sal
2 cucharaditas de mezcla de hierbas secas italianas
2 cucharaditas de azúcar blanquilla
1 cucharadita de levadura seca rápida
55 g de aceitunas negras y verdes picadas

1 Tenga en cuenta que las máquinas de pan varían, por lo que debe añadir los ingredientes en la máquina en el orden especificado en su libro de instrucciones (siempre y cuando difiera del que aquí le proporcionamos).
2 Vierta el agua en el recipiente de la máquina y, a continuación, agregue el aceite. Esparza por encima la harina. Debe cubrir el agua por completo. Espolvoree por encima con el parmesano y la mezcla de hierbas. Agregue la sal y el azúcar. Para ello, introdúzcalos en distintas esquinas del recipiente. Practique un pequeño agujero en el centro de la harina y añada la levadura.
3 Tape. Active la máquina en el programa recomendado en el manual (generalmente Pan blanco básico/Normal, con la opción para pasas o similar, si dispone de ella), seleccione el tamaño del pan y el tipo de corteza y presione Start o Inicio.
4 Agregue las aceitunas cuando la máquina emita un pitido para añadir los ingredientes extra durante el ciclo de amasado (o 5 minutos antes de finalizar el ciclo de amasado).
5 Una vez el ciclo de horneado haya finalizado, retire el pan de la máquina y colóquelo en una rejilla metálica para que se enfríe. Sírvalo cortado en rebanadas.

274 «Bagels» de sésamo

TIEMPO DE PREPARACIÓN *10 minutos, más el mezclado y amasado en la máquina, más 10 minutos para modelar los* bagels *y el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *20 minutos* **PARA** *12* bagels

275 ml de agua
2 cucharadas de aceite de girasol
450 g de harina de fuerza blanca
1 ½ cucharaditas de sal
1 cucharada de azúcar blanquilla
1 sobre de levadura seca rápida
1 cucharada de extracto de malta
leche o agua para glasear
unas 2 cucharadas de semillas de sésamo para espolvorear

1 Tenga en cuenta que las máquinas de pan varían, por lo que debe añadir los ingredientes en la máquina en el orden especificado en su libro de instrucciones (siempre y cuando difiera del que aquí le proporcionamos).
2 Vierta el agua en el recipiente de la máquina y luego agregue el aceite. Esparza por encima la harina. Debe cubrir el agua por completo. Agregue la sal y el azúcar. Para ello, introdúzcalos en distintas esquinas del recipiente. Practique un pequeño agujero en el centro de la harina y añada la levadura. Tape. Active la máquina en la opción para Masa y presione Start o Inicio.
3 Mientras, unte con mantequilla o espolvoree con harina 2 placas para hornear y resérvelas. Cuando el ciclo para la masa haya acabado, retire la masa de la máquina y viértala sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina. Divídala en 12 porciones iguales.
4 Forme bolas con las porciones, y la con ayuda del mango de una cuchara de madera untado con harina, practique un agujero en el centro de cada bola. Aumente el tamaño de los agujeros llevando la masa hacia fuera para obtener anillos y asegurándose de que los agujeros sean lo suficientemente grandes (teniendo en cuenta que se cerrarán ligeramente cuando la masa leve y se escalfe). Colóquelos bien espaciados sobre las placas, tape y deje levar unos 30 minutos en un lugar caliente.
5 Mientras, caliente el horno a 200 °C. Caliente agua en una cacerola grande justo por debajo del punto de ebullición, agregue el extracto de malta y remueva hasta que se haya disuelto. Deje caer cuidadosamente cada *bagel* en el agua (tres o cuatro a la vez) y escalfe unos 3 minutos, dándoles una vuelta. Retire los *bagels* del agua con una espumadera, escúrralos y colóquelos en las placas.
6 Pinte cada uno con un poco de leche o agua y esparza las semillas de sésamo por encima. Hornee los *bagels* unos 20 minutos o hasta que estén cocidos y dorados. Colóquelos en una rejilla metálica para que se enfríen. Córtelos por la mitad en el momento de servirlos.

275 «Muffins» ingleses integrales

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos, más el mezclado y amasado en la máquina de pan*
TIEMPO DE COCCIÓN *25 minutos* **PARA** *8-10* muffins

350 ml de leche (a temperatura ambiente)
225 g de harina de fuerza blanca
225 g de harina de fuerza integral
1 ½ cucharaditas de sal
1 cucharadita de azúcar blanquilla
15 g de mantequilla a dados
1 ½ cucharaditas de levadura seca rápida
aceite de girasol para untar una parrilla

1 Tenga en cuenta que las máquinas de pan varían, por lo que debe añadir los ingredientes en la máquina en el orden especificado en su libro de instrucciones (siempre y cuando difiera del que aquí le proporcionamos).
2 Vierta la leche en el recipiente de la máquina. Esparza por encima ambas harinas. Debe cubrir la leche por completo. Agregue la sal, el azúcar y la mantequilla. Debe introducirlos en distintas esquinas del recipiente. Practique un pequeño agujero en el centro de la harina y añada la levadura. Tape. Active la máquina en Masa y presione Start o Inicio.
3 Mientras, espolvoree generosamente con harina una placa para hornear y resérvela. Cuando el ciclo para la masa haya acabado, retire la masa de la máquina y aplástela sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina. Divídala en 8-10 porciones iguales.
4 Déles forma de un círculo de paredes rectas de 1-2 cm de grosor. Coloque los círculos sobre la placa, tápelos y déjelos levar unos 30 minutos o hasta que casi hayan doblado su tamaño.
5 Unte con un poco de aceite una parrilla o sartén de fondo grueso y póngala en el fuego. Coloque cuidadosamente 3-4 *muffins* en la parrilla y cuézalos por tandas a fuego moderado de 7 a 10 minutos o hasta que estén dorados por debajo. Déles la vuelta y cuézalos por la otra cara unos 7 minutos o hasta que estén ligeramente dorados.
6 Retire los *muffins* de la parrilla o sartén y envuélvalos en un paño limpio, si los va a servir calientes. En caso contrario, deje que se enfríen sobre una rejilla metálica. Cueza el resto de los *muffins* por tandas.
7 Antes de servir, córtelos por la mitad y acompáñelos con mantequilla. Si va a servirlos fríos, tuéstelos por ambas caras, córtelos por la mitad y úntelos con mantequilla.

VARIANTE *Utilice harina de arroz para espolvorear la placa, si lo desea.*

276 Pan de hierbas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *10 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *varía de acuerdo con el fabricante*
PARA *1 pan mediano (para 10 raciones)*

350 ml de agua
500 g de harina de fuerza blanca
1 cucharada de leche en polvo descremada
2 cucharadas de perejil fresco picado
2 cucharadas de cebollinos picados
2 cucharaditas de tomillo fresco picado
1 ½ cucharaditas de sal
2 cucharaditas de azúcar granulado
25 g de mantequilla a dados
1 cucharadita de levadura seca rápida

1 Tenga en cuenta que las máquinas de pan varían, por lo que debe añadir los ingredientes en la máquina en el orden especificado en su libro de instrucciones (siempre y cuando difiera del que aquí le proporcionamos).
2 Vierta el agua en el recipiente de la máquina. Esparza por encima la harina. Debe cubrir el agua por completo. Espolvoree la leche sobre la harina. Mezcle las hierbas y espárzalas sobre la leche en polvo. Agregue la sal, el azúcar y la mantequilla. Introdúzcalos en distintas esquinas del recipiente. Practique un pequeño agujero en el centro de la harina y añada la levadura.
3 Tape. Active la máquina en el programa recomendado en el manual (generalmente Pan blanco básico/Normal), seleccione el tamaño del pan y el tipo de corteza y presione Start o Inicio.
4 Una vez que el ciclo de amasado haya terminado, retire el pan de la máquina y colóquelo sobre una rejilla para que se enfríe. Sírvalo cortado en rebanadas.

VARIANTE *Utilice 2 cucharadas de cilantro fresco picado o albahaca en vez del tomillo.*

277 Nudos de amapola

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos, más el mezclado y amasado en la máquina y el levado*
TIEMPO DE COCCIÓN *15-20 minutos* **PARA** *10 nudos*

agua caliente para mezclar (de acuerdo con las instrucciones del paquete)
huevo batido para glasear
500 g de mezcla para pan blanco (comercial)
semillas de alcaravea para espolvorear

1 Tenga en cuenta que las máquinas de pan varían, por lo que debe añadir los ingredientes en la máquina en el orden especificado en su libro de instrucciones (siempre y cuando difiera del que aquí le proporcionamos).

2 Vierta la cantidad de agua correcta (de acuerdo con las instrucciones del paquete) en el recipiente de la máquina. Esparza por encima la mezcla para pan. Debe cubrir el agua por completo. Tape. Active la máquina en la opción para Masa y presione Start o Inicio.

3 Mientras, unte con mantequilla o espolvoree con harina 2 placas para hornear y resérvelas. Cuando el ciclo de amasado haya terminado, retire la masa de la máquina, aplástela sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y divídala en 10 porciones iguales. Extienda cada porción de masa en forma de salchicha o cuerda y átelas formando un nudo sencillo, apartando los extremos.

4 Coloque los nudos bien espaciados sobre las placas, píntelos con el huevo batido o la leche y espolvoréelos con las semillas de amapola. Tape y deje levar en un lugar caliente unos 30 minutos o hasta que hayan doblado su tamaño.

5 Mientras, caliente el horno a 200 °C. Hornee los nudos de 15 a 20 minutos o hasta que estén hinchados y dorados. Colóquelos en una rejilla metálica para que se enfríen. Sírvalos calientes o fríos.

278 Pan de sultanas malteado

TIEMPO DE PREPARACIÓN *10 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *varía de acuerdo con el fabricante*
PARA *1 pan mediano (para 10 raciones)*

350 ml de agua
3 cucharadas de extracto de malta
500 g de harina de fuerza blanca
1 cucharada de leche en polvo descremada
1 ½ cucharaditas de sal
2 cucharaditas de azúcar blanquilla
25 g de mantequilla a dados
1 cucharadita de levadura seca rápida
115 g de sultanas

1 Tenga en cuenta que las máquinas de pan varían, por lo que debe añadir los ingredientes en la máquina en el orden especificado en su libro de instrucciones (siempre y cuando difiera del que aquí le proporcionamos).
2 Vierta la cantidad de agua correcta en el recipiente de la máquina y agregue el extracto de malta. Esparza por encima la harina, que debe cubrir el agua por completo y luego espolvoree la leche en polvo. Agregue la sal, el azúcar y la mantequilla. Introdúzcalos en distintas esquinas del recipiente. Practique un pequeño agujero en el centro de la harina y añada la levadura.
3 Tape. Active la máquina en el programa recomendado en el manual (generalmente Pan blanco básico/Normal y la opción para pasas o similar, si dispone de ella) y presione Start o Inicio.
4 Agregue las sultanas cuando la máquina emita un pitido para añadir los ingredientes extra durante el ciclo de amasado (o 5 minutos antes de finalizar el ciclo de amasado).
5 Una vez haya finalizado dicho ciclo, retire el pan de la máquina y colóquelo sobre una rejilla metálica para que se enfríe. Sírvalo cortado en rebanadas.

VARIANTE *Utilice pasas, arándanos deshidratados u orejones de albaricoques picados, o bien peras en vez de las sultanas.*

279 Pan de muesli y chips de plátano

TIEMPO DE PREPARACIÓN *15 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *1-1 ¼ horas* **PARA** *1 pan (para 10 raciones)*

175 g de mantequilla ablandada
175 g de azúcar moreno blando
3 huevos batidos
175 g de harina blanca con levadura incorporada
55 g del muesli de su elección
85 g de chips de plátano
azúcar lustre tamizado para decorar (opcional)

1 Retire la varilla de amasar de la máquina de pan, unte con mantequilla y forre la base y las paredes del recipiente. Bata la mantequilla y el azúcar moreno en un cuenco hasta que la mezcla adquiera una textura ligera y esponjosa; luego incorpore gradualmente los huevos sin dejar de batir. Tamice la harina en el cuenco y mézclela con la preparación anterior junto con el muesli y los chips de plátano.
2 Vierta la mezcla en el recipiente y nivele la superficie. Coloque el recipiente para pan en la máquina y tape. Seleccione la opción Sólo para hornear, y active el programador para que avise a los 60 minutos. Presione Start o Inicio.
3 Tras el horneado, inserte en el centro del pan una aguja fina, la cual deberá salir limpia. Si el pan requiere un horneado posterior, seleccione el mismo programa que antes y ponga de 10 a 15 minutos más en el programador, o hasta que el pan esté hinchado y dorado.
4 Retire el pan de la máquina utilizando unos guantes para horno, y déjelo reposar 10 minutos antes de colocarlo sobre una rejilla metálica para que se temple. Espolvoréelo con azúcar lustre tamizado, si lo desea, y sírvalo frío o caliente cortado en rebanadas.

280 Bizcocho de naranja glaseado

TIEMPO DE PREPARACIÓN *15 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *1 hora* **PARA** *1 bizcocho (para 10 raciones)*

Para el bizcocho
115 g de mantequilla ablandada
55 g de azúcar moreno blando
2 huevos batidos
140 g de harina de fuerza blanca tamizada
140 g de harina integral con levadura incorporada
8 cucharadas de confitura de naranja amarga (unos 200 g)
1 ½ cucharaditas de jengibre molido
alrededor de 1 cucharada de leche

Para el glaseado
85 g de mantequilla ablandada
1 cucharada de cáscara de naranja finamente rallada
175 g de azúcar lustre tamizado
2 cucharaditas de zumo de naranja

1 Prepare el bizcocho. Retire la varilla de amasar del recipiente para el pan, unte con mantequilla y forre su base y paredes. Bata la mantequilla y el azúcar moreno en un cuenco hasta que la mezcla adquiera una textura ligera y esponjosa; luego vaya incorporando los huevos batidos.
2 Añada las harinas y el jengibre en el cuenco y mezcle suavemente con la preparación anterior. Mezcle con la confitura y la cantidad de leche suficiente para obtener una consistencia bastante blanda. Vierta la mezcla en el recipiente y nivele la superficie.
3 Coloque el recipiente en la máquina y tape. Seleccione la opción Sólo para hornear y programe 60 minutos en el reloj. Presione Start o Inicio. Tras el horneado, al insertar una aguja fina en el centro del bizcocho, ésta debe salir limpia. Si el bizcocho requiere más horneado, seleccione el mismo programa que antes y gradúe 5-10 minutos más o hasta que esté hinchado y dorado. Si la superficie parece un poco pegajosa, debe aumentar un poco más el período de cocción.
4 Retire el bizcocho de la máquina con unos guantes para el horno y déjelo reposar 10 minutos antes de colocarlo sobre una rejilla para que se enfríe.
5 Prepare el glaseado. Bata la mantequilla en un cuenco hasta que blanquee y esté esponjosa; luego mézclela con la cáscara de naranja. Incorpore gradualmente el azúcar lustre y el zumo de naranja, sin dejar de mezclar para obtener un glaseado blando. Extiéndalo sobre la superficie del bizcocho una vez se haya enfriado. Sírvalo cortado en rebanadas.

281 Pan de arándanos y limón

TIEMPO DE PREPARACIÓN *15 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *1-1 ¼ horas* **PARA** *1 pan (para 10 raciones)*

225 g de harina blanca con levadura incorporada
115 g de mantequilla a dados
115 g de azúcar blanquilla
la cáscara finamente rallada y el zumo de 1 limón
40 g de almendras molidas o avellanas
2 huevos batidos
4 cucharadas de leche
200 g de arándanos frescos, limpios y secos
55 g de azúcar lustre tamizado

1 Retire la varilla de amasar del recipiente para el pan, unte con mantequilla y forre su base y paredes. Tamice la harina en un cuenco y amase ligeramente con la mantequilla. Incorpore, sin dejar de remover, el azúcar blanquilla, los frutos secos y la cáscara de limón. Agregue a continuación los huevos y la leche sin dejar de batir. Incorpore los arándanos.
2 Vierta la mezcla en el recipiente y nivele la superficie. Coloque el recipiente en la máquina y tape. Seleccione la opción Sólo para hornear y programe 60 minutos en el reloj. Presione Start o Inicio.
3 Tras el horneado, al insertar una aguja en el centro del pan ésta debe salir limpia. Si el pan requiere más horneado, seleccione el mismo programa que antes y marque 10-15 minutos en el reloj, o hasta que esté hinchado y cocido.
4 Retire el pan de la máquina con unos guantes para el horno y déjelo reposar 10 minutos antes de colocarlo sobre una rejilla metálica para que se enfríe.
5 Mezcle el azúcar lustre con 1 o 2 cucharaditas de zumo de limón para obtener un glaseado bastante fino. Distribúyalo sobre el pan frío. Sírvalo cortado en rebanadas.

VARIANTE *Extienda sobre la superficie del pan cocido un glaseado de crema de mantequilla al limón.*

282 Bizcocho de chocolate marmoleado

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *1 hora* **PARA** *1 pan (para 10 raciones)*

175 g de mantequilla ablandada
175 g de azúcar moreno blando
3 huevos batidos
225 g de harina blanca
2 ½ cucharaditas de levadura en polvo
25 g de cacao en polvo
2 cucharaditas de leche
2 plátanos maduros, pelados y aplastados con un poco de zumo de limón (peso total de los plátanos incluidas las pieles = 300 g)
½ cucharadita de jengibre molido
azúcar lustre tamizado para espolvorear

1 Retire la varilla de amasar del recipiente para el pan, unte con mantequilla y forre su base y paredes. Bata la mantequilla y el azúcar moreno en un cuenco. Vaya incorporando los huevos batidos. Tamice la harina y la levadura en un cuenco y mezcle bien con los ingredientes anteriores. Incorpore los plátanos sin dejar de remover.

2 Vierta la mitad de la mezcla en otro cuenco y tamice el cacao en polvo por encima. Agregue la leche y mezcle bien. Tamice el jengibre molido sobre la mezcla de plátanos del otro cuenco.

3 Coloque cucharadas alternas de cada mezcla en el recipiente, y pase un cuchillo o aguja por la masa para crear un efecto marmoleado.

4 Coloque el recipiente para el pan en la máquina y tape. Seleccione la opción Sólo para hornear y marque 55 minutos en el reloj. Presione Start o Inicio.Tras el horneado, al insertar una aguja en el centro del bizcocho, ésta debe salir limpia. Si el bizcocho requiere más horneado, seleccione el mismo programa que antes y marque 5-10 minutos en el reloj, o hasta que esté hinchado y cocido.

5 Retire el bizcocho de la máquina con unos guantes para el horno y déjelo reposar 10 minutos antes de colocarlo sobre una rejilla metálica para que se enfríe. Espolvoréelo con azúcar lustre y cacao en polvo y sírvalo cortado en rebanadas.

283 Pan de frutas hawaiano

TIEMPO DE PREPARACIÓN *15 minutos, más el remojado desde la vigilia*
TIEMPO DE COCCIÓN *1-1 ¼ horas* **PARA** *1 pan (para 10 raciones)*

225 g de frutas secas (como piña, mango, pera, arándanos, cerezas, melón, etc.) picadas
175 ml de té fuerte filtrado
225 g de harina integral
3 cucharaditas de levadura en polvo
175 g de azúcar moreno blando
1 ½ cucharaditas de mezcla de especias molidas
la cáscara finamente rallada de 1 naranja
25 g de coco deshidratado
1 huevo batido
4 cucharadas de leche
azúcar lustre tamizado para decorar

1 Retire la varilla de amasar del recipiente para el pan, unte con mantequilla y forre su base y paredes. Introduzca la mezcla de frutas en un cuenco grande, vierta por encima el té caliente, mezcle bien y deje reposar toda la noche.

2 Al día siguiente, mezcle la harina, la levadura en polvo, la mezcla de especias, el azúcar moreno blando, la cáscara de naranja y el coco en un cuenco; luego agregue las frutas remojadas junto con el huevo y la leche y mezcle a fondo. Vierta la mezcla en el molde y nivele la superficie.

3 Coloque el recipiente para el pan en la máquina y tape. Seleccione la opción Sólo para hornear y marque 60 minutos en el reloj. Presione Start o Inicio. Tras el horneado, al insertar una aguja en el centro del pan, ésta debe salir limpia. Si el pan requiere más horneado, seleccione el mismo programa que antes y marque 5-10 minutos en el reloj, o hasta que esté cocido.

4 Retire el pan de la máquina con unos guantes para el horno y déjelo reposar 5 minutos antes de colocarlo sobre una rejilla metálica para que se temple. Espolvoréelo con azúcar lustre y sírvalo frío o caliente cortado en rebanadas.

VARIANTE *Utilice otras frutas secas en vez de las indicadas.*

284 Pan de albaricoques y nueces

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *1-1 ¼ horas* **PARA** *1 pan (para 10 raciones)*

280 g de harina blanca
2 ½ cucharaditas de levadura en polvo
1 ½ cucharaditas de mezcla de especias molidas
85 g de mantequilla a dados
85 g de azúcar moreno blando
200 g de orejones de albaricoques picados
115 g de sultanas
85 g de nueces picadas
200 ml de leche
1 huevo batido

1 Retire la varilla de amasar del recipiente para el pan, unte con mantequilla y forre su base y paredes. Tamice la harina, la levadura en polvo y la mezcla de especias en un cuenco; luego amase ligeramente con la mantequilla. Mezcle con el azúcar, los albaricoques, las sultanas y las nueces. Incorpore gradualmente el huevo y la leche sin dejar de batir hasta que todo esté bien ligado. Vierta la mezcla en el recipiente y nivele la superficie.

2 Coloque el recipiente para el pan en la máquina y tape. Seleccione la opción Sólo para hornear y marque 60 minutos en el reloj. Presione Start o Inicio. Tras el horneado, al insertar una aguja en el centro del pan, ésta debe salir limpia. Si el pan requiere más horneado, seleccione el mismo programa que antes y marque 10-15 minutos en el reloj, o hasta que esté cocido.

3 Retire el pan de la máquina con unos guantes para el horno y déjelo reposar 5 minutos antes de colocarlo sobre una rejilla metálica para que se temple. Espolvoréelo con azúcar lustre y sírvalo frío o caliente cortado en rebanadas.

VARIANTE *Utilice pasas o arándanos secos en vez de las sultanas. Emplee avellanas o pacanas en lugar de las nueces.*

CAPÍTULO 6

Pan sin gluten

Para aquellas personas alérgicas al gluten, este capítulo se convertirá en una fuente de recetas sabrosas y creativas. Incluye un tentadora selección de recetas sin gluten, que se pueden preparar tanto a mano como a máquina.

Los panes sin gluten, por la propia naturaleza de los ingredientes empleados en su preparación, poseen una textura y un sabor ligeramente diferentes a los ordinarios, aunque resultan igualmente deliciosos. Su textura es ligeramente más cerrada y desmenuzable. Hay que mencionar que muchos de ellos quedan mejor recién horneados y calientes.

Se presenta una selección de deliciosas recetas sin gluten, como el pan blanco básico; el pan moreno básico; el pan de maíz, queso y cebolla; el pan de soja; el pan de hierbas frescas y el pan italiano de tomate, así como panes dulces como el pan de frutas, semillas y frutos secos; el pan de arándanos y albaricoques; el bizcocho de limón o los «scones» de frutas especiados.

285 Pan de maíz, queso y cebolla

TIEMPO DE PREPARACIÓN *35 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30 minutos* **PARA** *1 pan (para 8-10 raciones)*

1 cucharada de aceite de girasol
1 cebolla cortada fina
175 g de harina de maíz sin gluten
85 g de harina de arroz
25 g de harina de soja
1 cucharada de levadura en polvo sin gluten
1 cucharadita de azúcar lustre
1 cucharadita de sal
115 g de queso cheddar curado rallado a grandes trozos
200 ml de leche templada
2 huevos ligeramente batidos
40 g de mantequilla derretida

1 Caliente el horno a 190 °C. Unte con mantequilla un molde de 900 g para pan y resérvelo. Caliente el aceite en una sartén, agregue la cebolla y sofríala a fuego moderado de 10 a 15 minutos, o hasta que se haya ablandado. Vaya dándole la vuelta de vez en cuando. Retire el recipiente del fuego y deje enfriar.

2 Coloque las harinas de maíz, arroz y soja, la levadura, el azúcar y la sal en un cuenco y mezcle bien. Mezcle con el queso. Bata en un cuenco pequeño la leche, los huevos y la mantequilla derretida y luego agréguelos a la mezcla de harinas. Remueva bien.

3 Reserve 1 cucharada de la cebolla cocida fría. Mezcle las restantes con la preparación anterior. Introduzca la preparación en el molde y nivele la superficie. Esparza la cebolla reservada por encima.

4 Hornee el pan unos 30 minutos o hasta que esté hinchado y dorado. Colóquelo sobre una rejilla metálica para que se temple. Sírvalo frío o caliente cortado en rebanadas.

VARIANTE *Utilice 4-6 escalonias en vez de la cebolla. Emplee queso gruyère o emmental en lugar del cheddar.*

286 Pan de maíz y chiles

TIEMPO DE PREPARACIÓN *30 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30 minutos* **PARA** *1 pan (para 10 raciones)*

1 cucharada de aceite de girasol
6 cebollas tiernas finamente picadas
2 chiles verdes o rojos grandes sin semillas y finamente picados
175 g de harina de maíz sin gluten
55 g de harina de arroz
55 g de harina de garbanzos
1 cucharadita de azúcar moreno blando
1 cucharada de levadura en polvo sin gluten
1 cucharadita de sal
85 g de queso parmesano finamente rallado
200 ml de leche templada
2 huevos ligeramente batidos
40 g de mantequilla derretida

1 Caliente el horno a 190 °C. Unte con mantequilla un molde de 900 g para pan y resérvelo. Caliente el aceite en una sartén, agregue las cebollas tiernas y los chiles y saltéelos unos 5 minutos, o hasta que se hayan ablandado. Retire el recipiente del fuego y deje enfriar.

2 Introduzca las harinas de maíz, arroz y garbanzos y la levadura, el azúcar y la sal en un cuenco y mezcle bien. Mezcle con el queso parmesano. Bata en un cuenco pequeño la leche, los huevos y la mantequilla derretida y luego agréguelos a la mezcla de harinas; remueva bien. Incorpore todo a la preparación de cebollas tiernas y chiles.

3 Introduzca la mezcla en el molde y nivele la superficie. Hornee unos 30 minutos o hasta que el pan esté hinchado y dorado.

4 Retire el pan del horno y déjelo enfriar en el molde unos minutos; luego colóquelo sobre una rejilla metálica para que se temple. Sírvalo frío o caliente cortado en rebanadas.

VARIANTES *Utilice escalonias en vez de las cebollas tiernas. Utilice queso cheddar curado o gruyère en lugar del parmesano.*

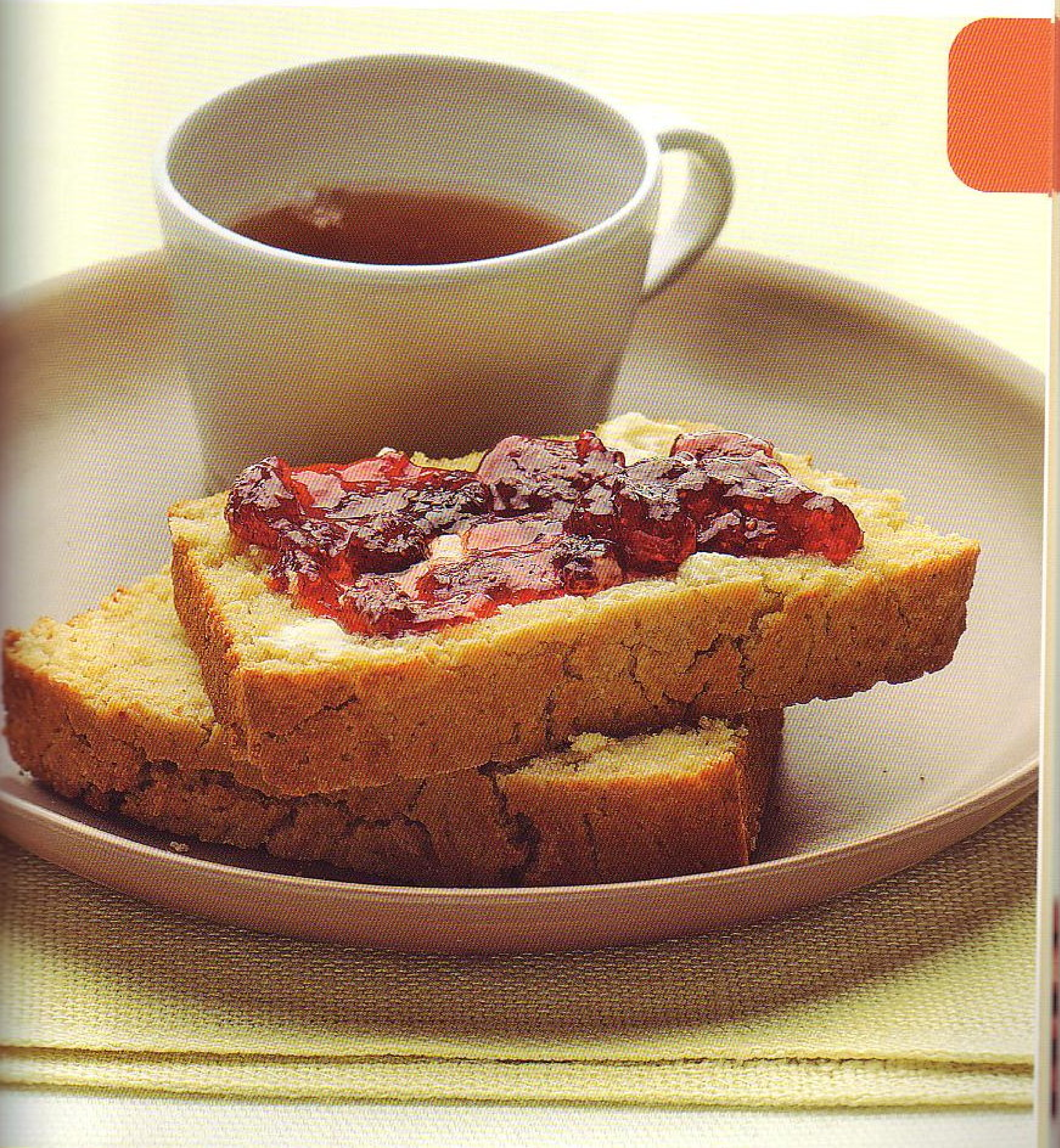
287 Pan de arroz y trigo sarraceno

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30 minutos*
PARA *1 pan (para 8-10 raciones)*

350 g de harina de arroz morena
55 g de harina de trigo sarraceno o de soja
55 g de harina de maíz sin gluten
1 cucharadita de sal
40 g de mantequilla a dados
1 sobre de levadura seca rápida
1 cucharadita de azúcar blanquilla
1 huevo batido
200 ml de leche templada
200 ml de agua templada

1. Unte con mantequilla un molde de 900 g para pan y resérvelo. Introduzca las harinas de arroz, trigo sarraceno o soja, la de maíz y la sal en un cuenco y mezcle bien. Amase ligeramente con la mantequilla y luego mezcle con la levadura y el azúcar.
2. Practique un hueco en el centro, añada el huevo, la leche y el agua y bata hasta obtener una consistencia espesa y homogénea.
3. Vierta la mezcla en el molde y nivele la superficie. Tape y deje reposar en un lugar caliente hasta que la mezcla haya alcanzado el borde del molde.
4. Mientras, caliente el horno a 200 °C. Hornee el pan unos 30 minutos o hasta que esté ligeramente dorado. Retire el pan del horno y colóquelo sobre una rejilla metálica para que se temple. Sírvalo frío o caliente cortado en rebanadas.

VARIANTE *Para obtener un pan más sabroso y crujiente, pinte la superficie con un poco de huevo batido y esparza las semillas de sésamo o amapola por encima.*



288 Pan de soja

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos, más el levado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *25-30 minutos*
PARA *1 pan (para 12-14 raciones)*

350 g de harina de arroz morena
55 g de harina de soja
1 cucharadita de sal
55 g de mantequilla a dados
55 g de queso cheddar curado rallado
1 sobre de levadura seca rápida
1 cucharadita de azúcar moreno blando
1 huevo batido
250 ml de leche templada
150 ml de agua templada

1 Unte con mantequilla un molde de 1,1 kg para pan y resérvelo. Introduzca las harinas de arroz y de soja y la sal en un cuenco y mezcle bien. Amase ligeramente con la mantequilla y mezcle con el queso, la levadura y el azúcar. Practique un hueco en el centro y luego agregue el huevo, la leche y el agua y bata a fondo hasta obtener una mezcla de textura espesa y homogénea.
2 Introduzca la mezcla en el molde y nivele la superficie. Tape y deje levar en un lugar caliente unos 45 minutos, o hasta que la mezcla haya subido hasta el borde del molde.
3 Mientras, caliente el horno a 200 °C. Hornee el pan de 25 a 30 minutos o hasta que esté ligeramente dorado. Retírelo del horno y colóquelo sobre una rejilla metálica para que se enfríe. Sírvalo caliente o frío cortado en rebanadas.

289 Pan de hierbas al parmesano

TIEMPO DE PREPARACIÓN *15 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30-40 minutos*
PARA *1 pan (para 12-14 raciones)*

450 g de mezcla para pan sin gluten (comercial)
85 g de queso parmesano finamente rallado
3 cucharadas de aceite de girasol
2 cucharaditas de hierbas secas de Provenza
450 ml de leche (a temperatura ambiente)

1 Caliente el horno a 180 °C. Unte con mantequilla y forre un molde de 1,1 kg para pan. Resérvelo. Introduzca la mezcla para pan en un cuenco, agregue el queso y las hierbas y remueva para mezclarlos.
2 Incorpore la leche y el aceite y bata los ingredientes con una cuchara de madera hasta que obtenga una preparación de textura homogénea. Continúe mezclándola otros 2 o 3 minutos.
3 Introduzca la mezcla en el molde y nivele la superficie. Tape y deje reposar de 15 a 20 minutos, o hasta que la masa haya alcanzado el borde del molde.
4 Hornee el pan de 30 a 40 minutos, o hasta que esté hinchado y dorado. Colóquelo sobre una rejilla metálica para que se temple. Sírvalo caliente o frío cortado en rebanadas.

VARIANTES *Utilice queso cheddar maduro o gruyère en lugar del parmesano. Emplee de 2 a 3 cucharadas de hierbas frescas picadas en lugar de las secas.*

290 Pizza de cebollas rojas y romero

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *25-30 minutos*
PARA *1 pizza (para 4-6 raciones)*

2 cucharadas de aceite de oliva
2 cebollas rojas a láminas finas
1 diente de ajo a láminas finas
1 pimiento rojo o amarillo sin semillas a tiras
115 g de harina de maíz sin gluten
55 g de harina de patata
55 g de harina de soja
1 cucharadita de levadura en polvo sin gluten
½ cucharadita de sal
55 g de mantequilla a dados
unas 7 cucharadas de leche
4 tomates carnosos, pelados, sin semillas y picados
2-3 cucharaditas de romero fresco picado
sal marina y pimienta acabada de moler
140 g de queso mozzarella rallado o a trozos finos
romero fresco para adornar

1 Caliente 1 ½ cucharaditas de aceite en una sartén; añada las cebollas, el ajo, y los pimientos y saltee unos 10 minutos o hasta que se hayan ablandado. Retire el recipiente del fuego y resérvelo.
2 Caliente el horno a 200 °C. Introduzca en un cuenco las harinas de maíz, patata y soja, la levadura en polvo y la sal y mezcle bien. Amase ligeramente con la mantequilla hasta que la mezcla adquiera la textura de unas migas y luego agregue la cantidad de leche suficiente para que, sin dejar de mezclar, obtenga una masa de textura blanda.
3 Coloque la masa sobre una lámina de papel antiadherente y luego extiéndala con el rodillo formando un círculo de 25 cm y dejando los bordes ligeramente más gruesos que el centro. Pinte la masa con el resto del aceite.
4 Mezcle los tomates picados, el romero y los condimentos y extiéndalos sobre la masa. Esparza la mezcla de cebolla sobre los tomates y recubra con el queso.
5 Hornee de 25 a 30 minutos o hasta que la base de la pizza esté crujiente y dorada. Adorne con ramitas de romero y sírvala inmediatamente, cortada en porciones y acompañada de una ensalada verde.

291 Pan de queso y pipas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *15 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30-40 minutos*
PARA *1 pan (para 12-14 raciones)*

450 g de mezcla para pan sin gluten (comercial)
115 g de queso cheddar curado rallado
115 g de pipas de girasol
450 ml de leche (a temperatura ambiente)
3 cucharadas de aceite de girasol

1 Caliente el horno a 180 °C. Unte con mantequilla y forre un molde de 1,1 kg y resérvelo. Ponga la mezcla para pan en un cuenco, agregue el queso y las semillas de girasol y remueva.
2 Incorpore la leche y el aceite y bata los ingredientes con una cuchara de madera hasta que estén bien ligados. Continúe mezclando otros 2 o 3 minutos.
3 Introduzca la mezcla en el molde y nivele la superficie. Tape y deje reposar de 15 a 20 minutos o hasta que la masa haya alcanzado el borde del molde.
4 Hornee el pan de 30 a 40 minutos o hasta que esté hinchado y dorado. Colóquelo sobre una rejilla metálica para que se temple. Sírvalo caliente o frío cortado en rebanadas.

VARIANTES *Utilice gruyère, emmental o parmesano fresco en lugar del cheddar. Justo antes de hornear, espolvoree la superficie del pan con pipas de girasol, si lo desea.*

292 Pan de jengibre

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos, más el enfriado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *1-1 ¼ horas*
PARA *1 pan (para 8-10 raciones)*

115 g de azúcar moreno blando
85 g de mantequilla
85 g de jarabe de melaza dorado
85 g de melaza negra
7 cucharadas de leche
1 huevo batido
175 g de harina blanca sin gluten
55 g de harina de garbanzos
1 ½ cucharaditas de levadura en polvo sin gluten
una pizca de sal
2 cucharaditas de jengibre molido
1 cucharadita de canela molida o mezcla de especias

1 Caliente el horno a 170 °C. Unte con mantequilla, forre un molde de 900 g para pan y resérvelo. Introduzca el azúcar, la mantequilla, el jarabe, y la melaza en un cazo y caliente suavemente hasta que se hayan derretido y mezclado, removiendo de vez en cuando. Retire el recipiente del fuego y déjelo enfriar ligeramente y luego mezcle con la leche y el huevo.

2 Introduzca las harinas, la levadura, la sal y la mezcla de especias en un cuenco y mezcle a fondo. Practique un hueco en el centro, vierta la mezcla de jarabe en el interior y bata hasta que todo esté bien mezclado. Vierta la preparación en el molde.

3 Hornee el pan de 1a1 ¼ horas, o hasta que esté firme al tacto y, al insertar una aguja en el centro, ésta salga limpia. Retire el pan del horno y déjelo enfriar en el molde unos minutos; luego colóquelo sobre una rejilla para que se enfríe. Consérvelo en un recipiente hermético o envuélvalo en papel de aluminio. Sírvalo caliente o frío cortado en rebanadas.

VARIANTES *Mezcle 55 g de jengibre en almíbar finamente picado con la mezcla cruda, si lo desea. Añada 1-2 cucharaditas extra de jengibre molido para obtener un sabor más intenso.*

293 Pan de frutas, semillas y frutos secos

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *1 hora*
PARA *1 pan (para 8-10 raciones)*

115 g de dátiles sin hueso picados
115 g de orejones de albaricoque picados
115 g de sultanas o pasas
115 g de azúcar moreno blando
225 g de harina blanca con levadura incorporada sin gluten
1 cucharadita de levadura en polvo sin gluten
2 cucharaditas de mezcla de especias molidas
85 g de frutos secos picados, como pacanas y avellanas
85 g de semillas y pipas, como mijo, girasol y sésamo
2 huevos batidos
150 ml de leche

1 Caliente el horno a 180 °C. Unte con mantequilla un molde de 900 g para pan y resérvelo. Introduzca los dátiles, los albaricoques, las sultanas y el azúcar en un cuenco y mezcle bien. Introduzca la harina, la levadura, las especias, los frutos secos y las semillas en otro cuenco y mezcle bien.
2 Mezcle los huevos y la leche con las frutas, luego añádalos a la mezcla de harina y bata hasta que todo esté bien ligado. Vierta la preparación en el molde y nivele la superficie.
3 Hornee el pan 1 hora aproximadamente, o hasta que esté firme al tacto y ligeramente dorado.
4 Retire el pan del horno y déjelo templar en el molde unos minutos; luego colóquelo sobre una rejilla metálica. Sírvalo caliente o frío cortado en rebanadas.

VARIANTES *Si no encuentra harina blanca con levadura incorporada sin gluten, utilice 225 g de harina blanca sin gluten con 2 cucharaditas de levadura en polvo sin gluten. Emplee higos secos, ciruelas pasas o melocotones secos en lugar de los albaricoques. Utilice nueces en lugar de pacanas.*

294 Pan de té tropical

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *1 hora* **PARA** *1 pan (para 8-10 raciones)*

225 g de harina blanca sin gluten
2 cucharaditas de levadura en polvo sin gluten
115 g de mantequilla a dados
115 g de azúcar moreno blando
2 cucharaditas de mezcla de especias
1 cucharadita de canela molida
400 g de frutas secas picadas, como dátiles sin hueso, albaricoques, mango, piña y papaya
2 huevos batidos
150 ml de leche

1 Caliente el horno a 180 °C. Unte con mantequilla un molde de 900 g para pan y resérvelo. Tamice la harina y la levadura en un cuenco y luego amase ligeramente con la mantequilla. Mezcle con el azúcar, las especias y las frutas secas.
2 Agregue los huevos y la leche y mezcle hasta que estén bien ligados. Vierta la mezcla en el molde y nivele la superficie.
3 Hornee el pan durante 1 hora, o hasta que esté firme al tacto y ligeramente dorado, y al insertar una aguja en el centro ésta salga limpia. Cubra el pan holgadamente con papel de aluminio al finalizar el tiempo de cocción si la superficie se dorara demasiado rápidamente.
4 Retire el pan del horno y déjelo enfriar en el molde unos minutos y luego colóquelo sobre una rejilla metálica para que se enfríe. Sírvalo caliente o frío cortado en rebanadas gruesas.

VARIANTE *Utilice una mezcla de frutas secas, como arándanos rojos y azules, cerezas y sultanas o pasas en lugar de la señalada.*

295 Bizcocho de limón

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *40-45 minutos*
PARA *1 pan (para 8-10 raciones)*

175 g de mantequilla ablandada
175 g de azúcar moreno blando
3 huevos batidos
la cáscara finamente rallada y el zumo de 1 limón
175 g de harina blanca sin gluten
1 cucharadita de levadura en polvo sin gluten
55 g de azúcar granulado

1. Caliente el horno a 180°C. Unte con mantequilla un molde de 900 g para pan y resérvelo. Bata la mantequilla y el azúcar moreno en un cuenco hasta que la mezcla blanquee y adquiera una textura esponjosa. Incorpore gradualmente los huevos y la cáscara de limón sin dejar de batir.
2. Tamice la harina y la levadura en polvo en el cuenco y luego mezcle con la preparación anterior hasta que todo adquiera una textura bien ligada. Introduzca la mezcla en el molde y nivele la superficie.
3. Hornee el bizcocho de 40 a 45 minutos, o hasta que esté dorado, y al insertar una aguja fina en el centro salga limpia.
4. Mientras, mezcle el zumo de limón y el azúcar granulado en un cuenco pequeño.
5. Retire el bizcocho del horno y colóquelo en una rejilla metálica. Vierta la mezcla de limón sobre el bizcocho caliente. Déjelo enfriar por completo en el molde. Una vez frío, colóquelo y sírvalo cortado en rebanadas.

VARIANTE *Utilice la cáscara finamente rallada y el zumo de 1 naranja pequeña en lugar del limón.*

296 Pan de plátano

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *1-1 ¼ horas* **PARA** *1 pan (para 10 raciones)*

115 g de mantequilla ablandada
115 g de azúcar moreno blando
115 g de miel densa
2 huevos batidos
225 g de harina blanca sin gluten
1 cucharadita de canela molida
1 ½ cucharaditas de levadura en polvo sin gluten
2 plátanos grandes (peso total de los plátanos con piel=unos 450 g)
un chorrito de zumo de limón
55 g de nueces picadas

1. Caliente el horno a 180 °C. Unte con mantequilla un molde de 900 g para pan y resérvelo. Bata la mantequilla y el azúcar moreno en un cuenco hasta que la mezcla adquiera una textura pálida y esponjosa. Incorpore gradualmente los huevos sin dejar de batir y luego agregue la harina, la levadura en polvo y la canela.
2. Pele los plátanos y aplaste la carne con un poco de zumo de limón. Mezcle los plátanos y las nueces con la preparación anterior hasta que estén bien ligados. Vierta la mezcla en el molde y nivele la superficie.
3. Hornee el pan 1-1 ¼ horas o hasta que se haya hinchado, dorado y esté firme al tacto. Tápelo holgadamente con papel de aluminio al finalizar el tiempo de cocción si la superficie se dorara demasiado rápidamente.
4. Retire el pan del horno y déjelo enfriar en el molde unos minutos; luego colóquelo sobre una rejilla metálica. Sírvalo caliente o frío cortado en rebanadas.

VARIANTE *Utilice pacanas, pasas o dátiles sin hueso picados en lugar de las nueces.*

297 Bizcocho de sultanas a la canela

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *1 hora* **PARA** *1 pan (para 8-10 raciones)*

225 g de harina blanca sin gluten
2 cucharaditas de levadura en polvo sin gluten
115 g de mantequilla a dados
115 g de azúcar moreno blando
1 cucharada de canela molida
225 g de sultanas
175 g de orejones de albaricoques secos picados
2 huevos batidos
150 ml de leche

1 Caliente el horno a 180 °C. Unte con mantequilla un molde de 900 g para pan y resérvelo. Tamice la harina y la levadura en polvo en un cuenco y luego amase ligeramente con la mantequilla. Mezcle con el azúcar, la canela y las frutas secas.
2 Incorpore los huevos y la leche y mezcle hasta que estén bien ligados. Vierta la mezcla en el molde y nivele la superficie.
3 Hornee el bizcocho durante 1 hora aproximadamente o hasta que adquiera una textura firme al tacto, esté ligeramente dorado, y al insertar una aguja fina en el centro salga limpia. Tápelo holgadamente con papel de aluminio si la superficie se dorara demasiado.
4 Retire el bizcocho del horno y déjelo enfriar en el molde unos minutos; luego colóquelo sobre una rejilla metálica. Sírvalo caliente o frío cortado en rebanadas gruesas.

VARIANTE *Utilice pasas en lugar de sultanas y arándanos rojos o azules en lugar de albaricoques. Emplee una mezcla de especias molidas o jengibre en lugar de la canela.*

298 «Scones» de frutas y especias

TIEMPO DE PREPARACIÓN *15 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *10 minutos* **PARA** *unos 8* scones

225 g de harina blanca sin gluten
una pizca de sal
2 cucharaditas de levadura en polvo sin gluten
55 g de mantequilla a dados
25 g de azúcar blanquilla
85 g de sultanas
1 cucharadita de mezcla de especias molidas
unos 150 ml de leche y un poco más para glasear

1 Caliente el horno a 220 °C. Unte con mantequilla y espolvoree con harina una placa para hornear y resérvela. Tamice la harina, la sal y la levadura en un cuenco y luego amase ligeramente con la mantequilla hasta que la mezcla adquiera la textura de unas migas. Mezcle con el azúcar, las sultanas y las especias y luego ligue con la cantidad de leche suficiente para obtener una masa de textura bastante blanda.
2 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y amase suavemente. Extienda la masa dándole 2 cm de grosor y córtela en círculos con un cortapastas liso de 6 cm. Coloque los *scones* sobre la placa para hornear, dejando un poco de espacio entre ellos, y luego pinte la superficie con leche.
3 Hornee los *scones* unos 10 minutos o hasta que se hayan hinchado y estén dorados. Colóquelos en una rejilla metálica para que se templen. Sírvalos calientes.

VARIANTE *Utilice orejones de albaricoque en lugar de sultanas. Utilice canela molida en lugar de la mezcla de especias.*

299 «Scone» de manzanas especiadas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *25-30 minutos* **PARA** *8* scones

225 g de harina blanca sin gluten
una pizca de sal
2 cucharaditas de levadura en polvo
55 g de mantequilla a dados
55 g de azúcar moreno blando
1 ½ cucharaditas de mezcla de especias molidas
1 manzana mediana para cocer (unos 350 g), pelada, sin corazón y rallada a trozos gruesos
1 huevo batido
leche para glasear
1 cucharada de azúcar demerara

1 Caliente el horno a 200 °C. Unte con mantequilla o espolvoree con harina una placa para hornear y resérvela. Tamice la harina, la sal y la levadura en polvo en un cuenco y luego amase ligeramente con la mantequilla hasta que la mezcla adquiera la textura de unas migas finas.

2 Incorpore el azúcar moreno y la mezcla de especias, y, a continuación, la manzana rallada y mezcle. Agregue, sin dejar de mezclar, la cantidad de huevo suficiente para obtener una masa de textura blanda pero no pegajosa.

3 Coloque la masa sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y forme con ella un círculo de 18 cm.

4 Coloque el círculo de *scone* sobre la placa de hornear, pinte la superficie con leche y espolvoree con el azúcar demerara. Con la ayuda de un cuchillo afilado, entalle la superficie del *scone* y forme 8 triángulos. Corte la masa con bastante profundidad.

5 Hornee el *scone* de 25 a 30 minutos, o hasta que se haya hinchado y dorado. Colóquelo en una rejilla metálica para que se temple. Sepárelo en porciones y sírvalo caliente.

VARIANTE *Utilice canela molida en lugar de la mezcla de especias.*

300 «Muffins» de albaricoque

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15-20 minutos*
PARA *8* muffins *grandes o 12 medianos*

115 g de harina de maíz sin gluten
85 g de harina de arroz
1 cucharada de levadura en polvo sin gluten
una pizca de sal
55 g de mantequilla derretida
55 g de azúcar blanquilla
1 huevo batido
200 ml de leche
la cáscara finamente rallada de 1 naranja
125 g de orejones de albaricoque picados

1 Caliente el horno a 200 °C. Unte con mantequilla una placa para 8 o 12 *muffins* o forre cada cavidad con moldes de papel y resérvelos. Introduzca la harina de maíz, la de arroz, la levadura en polvo y la sal en un cuenco y mezcle bien.

2 Mezcle la mantequilla derretida, el azúcar, el huevo, la leche y la cáscara de naranja y viértalos sobre los ingredientes secos. Ligue ambas preparaciones, pero sólo lo justo para mezclarlas. La mezcla parecerá bastante granulosa, una textura ideal, ya que un exceso de mezclado proporcionaría unos *muffins* pesados.

3 Incorpore los albaricoques y luego distribuya la mezcla en las cavidades preparadas.

4 Hornee los *muffins* de 15 a 20 minutos o hasta que se hayan hinchado y estén dorados. Colóquelos en una rejilla metálica para que se enfríen. Sírvalos calientes o fríos.

VARIANTES *Utilice pasas o arándanos secos en lugar de los albaricoques. Utilice cáscara finamente rallada de 1 limón en lugar de la de naranja. Emplee azúcar moreno blando en lugar de blanquilla.*

301 «Muffins» de manzana al jengibre

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15-20 minutos*
PARA *8* muffins *grandes o 12 medianos*

115 g de harina de maíz sin gluten
85 g de harina de arroz
1 cucharada de levadura en polvo sin gluten
una pizca de sal
1 ½ cucharaditas de jengibre molido
55 g de mantequilla derretida
55 g de azúcar moreno blando
1 huevo batido
200 ml de leche
115 g de manzana para cocer (pelada y sin corazón) picada

1. Caliente el horno a 200 °C. Unte con mantequilla una placa para 8 o 12 *muffins* o forre cada cavidad con moldes de papel y resérvelos. Introduzca las harinas de maíz y arroz, la levadura en polvo, la sal y el jengibre en un cuenco y mezcle bien.
2. Incorpore la mantequilla derretida, el azúcar, el huevo y la leche y viértalos sobre los ingredientes secos. Mezcle ambas preparaciones, pero sólo lo justo para ligarlas. La mezcla parecerá bastante granulosa, una textura ideal, ya que un exceso de mezclado haría que los *muffins* quedaran pesados.
3. Incorpore, sin dejar de remover, las manzanas picadas y distribuya la mezcla en las cavidades.
4. Hornee los *muffins* de 15 a 20 minutos o hasta que se hayan hinchado y estén dorados. Colóquelos en una rejilla metálica para que se enfríen. Sírvalos calientes o fríos.

VARIANTES *Utilice frambuesas frescas o zarzamoras en lugar de manzana picada. Utilice canela molida o una mezcla de especias en lugar de jengibre.*

302 «Muffins» de arándanos y limón

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15-20 minutos*
PARA *8* muffins *grandes o 12 medianos*

115 g de harina de maíz sin gluten
85 g de harina de arroz
1 cucharada de levadura en polvo sin gluten
una pizca de sal
55 g de mantequilla derretida
55 g de azúcar moreno blando
1 huevo batido
200 ml de leche
la cáscara finamente rallada de 1 limón
55 g de arándanos azules secos
55 g de arándanos rojos secos

1. Caliente el horno a 200 °C. Unte con mantequilla una placa para 8 o 12 *muffins* o forre cada cavidad con moldes de papel y resérvelos. Introduzca las harinas de maíz y arroz, la levadura en polvo y la sal en un cuenco y mezcle bien.
2. Incorpore la mantequilla derretida, el azúcar, el huevo, la leche y la cáscara de limón y viértalos sobre los ingredientes secos. Mezcle ambas preparaciones, pero sólo lo justo para ligarlas. La mezcla parecerá bastante granulosa, una textura ideal, ya que un exceso de mezclado proporcionaría unos *muffins* pesados.
3. Incorpore los arándanos sin dejar de remover y distribuya la mezcla en las cavidades.
4. Hornee los *muffins* de 15 a 20 minutos o hasta que se hayan hinchado y estén dorados. Colóquelos en una rejilla metálica para que se enfríen. Sírvalos calientes o fríos.

VARIANTES *Utilice cerezas deshidratadas partidas por la mitad u orejones de albaricoque picados en lugar de los arándanos. Emplee la cáscara finamente rallada de 1 naranja pequeña o 1 ½ cucharadita de canela molida o una mezcla de especias en lugar de la cáscara de limón.*

303 Pan blanco básico sin gluten

TIEMPO DE PREPARACIÓN *10 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *varía de acuerdo con la máquina*
PARA *1 pan mediano (para 10-12 raciones)*

325 ml de leche (a temperatura ambiente)
4 cucharadas de aceite de girasol
2 huevos ligeramente batidos
450 g de harina blanca para pan sin gluten
2 cucharadas de azúcar blanquilla
1 cucharadita de sal
1 sobre de levadura seca rápida

1 Tenga en cuenta que las máquinas de pan varían, por lo que debe añadir los ingredientes en el recipiente en el orden especificado en su libro de instrucciones (siempre y cuando difiera del que aquí le proporcionamos). Vierta la leche en un cuenco, agregue el aceite y los huevos y bata hasta que estén perfectamente mezclados.
2 Vierta la mezcla de leche en la máquina. Esparza por encima la harina, de forma que el líquido quede cubierto por completo. Espolvoree el azúcar homogéneamente sobre la harina y luego añada la sal. Practique un pequeño hueco en el centro de la harina y agregue la levadura.
3 Tape, ponga en marcha la máquina en el programa recomendado en el manual (generalmente Horneado rápido proporciona los mejores resultados), seleccione el tamaño del pan y el tipo de corteza y presione Start o Inicio. Al cabo de dos minutos, levante la tapa de la máquina y raspe las paredes del recipiente con una espátula de plástico para asegurar un mezclado homogéneo. Tape de nuevo.
4 Una vez que el ciclo de horneado haya finalizado, retire el recipiente de la máquina y coloque el pan sobre una rejilla metálica para que se enfríe. Sírvalo cortado en rebanadas.

304 Pan moreno básico sin gluten

TIEMPO DE PREPARACIÓN *10 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *varía de acuerdo con la máquina*
PARA *1 pan mediano (para 10-12 raciones)*

325 ml de leche (a temperatura ambiente)
4 cucharadas de aceite de girasol
2 huevos ligeramente batidos
450 g de harina sin gluten para pan moreno
2 cucharadas de azúcar blanquilla
1 cucharadita de sal
1 sobre de levadura seca rápida

1 Tenga en cuenta que las máquinas de pan varían, por lo que debe añadir los ingredientes en el recipiente en el orden especificado en su libro de instrucciones (si difiere del que aquí le proporcionamos). Vierta la leche en un cuenco, agregue el aceite y los huevos y bata hasta que estén perfectamente mezclados.
2 Vierta la mezcla de leche en la máquina. Esparza por encima la harina, de forma que el líquido quede cubierto por completo. Espolvoree el azúcar homogéneamente sobre la harina y luego añada la sal. Practique un pequeño hueco en el centro de la harina y agregue la levadura.
3 Tape, ponga en marcha la máquina en el programa recomendado en el manual (generalmente Horneado rápido proporciona los mejores resultados), seleccione el tamaño del pan y el tipo de corteza y presione Start o Inicio. Al cabo de dos minutos, levante la tapa de la máquina y raspe las paredes del recipiente con una espátula de plástico para asegurar un mezclado homogéneo. Tape nuevo.
4 Una que vez el ciclo de horneado haya finalizado, retire el recipiente de la máquina y coloque el pan sobre una rejilla metálica para que se enfríe. Sírvalo cortado en rebanadas.

CONSEJO *Si el pan cocido tiene un color pálido, pinte la superficie con un poco de mantequilla derretida o aceite e introdúzcalo unos minutos bajo el grill hasta que se dore. Como alternativa, pinte la superficie del pan caliente con un poco de clara de huevo batida, luego esparza por encima semillas (de sésamo o amapola) para obtener un pan salado, y terrones de azúcar aplastados, azúcar demerara o coco tostado seco en el caso de desear un pan dulce.*

305 Pan de hierbas frescas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *15 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *varía de acuerdo con la máquina*
PARA *1 pan mediano (para 10-12 raciones)*

400 g de harina blanca sin gluten para pan
55 g de harina de garbanzos
275 ml de agua
2 huevos batidos
4 cucharadas de aceite de oliva
55 g de queso parmesano rallado
4 cucharadas de hierbas frescas picadas (perejil, albahaca, orégano, cebollinos)
1 cucharada de azúcar blanquilla
1 ½ cucharaditas de sal
2 ½ cucharaditas de levadura seca rápida

1 Tenga en cuenta que las máquinas de pan varían, por lo que debe añadir los ingredientes en el recipiente en el orden especificado en su libro de instrucciones (si difiere del que aquí le proporcionamos). Mezcle las harinas y resérvelas. Vierta el agua en un cuenco, agregue los huevos, el aceite y las hierbas picadas y bata hasta que los ingredientes estén mezclados.

2 Vierta la mezcla de agua en la máquina. Esparza por encima el queso parmesano, y luego las harinas, de forma que el líquido quede cubierto por completo. Espolvoree el azúcar homogéneamente sobre la harina y luego añada la sal. Practique un pequeño hueco en el centro de la harina y agregue la levadura.

3 Tape, ponga en marcha la máquina en el programa recomendado en el manual (generalmente Horneado rápido proporciona los mejores resultados), seleccione el tamaño del pan y el tipo de corteza y presione Start o Inicio. Al cabo de dos minutos, levante la tapa de la máquina y raspe las paredes del recipiente con una espátula de plástico para asegurar un mezclado homogéneo. Tape de nuevo.

4 Una vez que el ciclo de horneado haya finalizado, retire el recipiente de la máquina y coloque el pan sobre una rejilla metálica para que se enfríe. Sírvalo cortado en rebanadas.

306 Pan de aceitunas a las hierbas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *15 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *varía de acuerdo con la máquina*
PARA *1 pan mediano (para 10-12 raciones)*

325 ml de leche (a temperatura ambiente)
4 cucharadas de aceite de oliva
2 huevos ligeramente batidos
2 cucharaditas de condimento de hierbas italianas secas
85 g de queso parmesano finamente rallado
85 g de aceitunas negras deshuesadas (peso escurrido) picadas
450 g de harina morena sin gluten para pan
2 cucharadas de azúcar blanquilla
1 cucharadita de sal
1 sobre de levadura seca rápida

1. Tenga en cuenta que las máquinas de pan varían, por lo que debe añadir los ingredientes en el recipiente en el orden especificado en su libro de instrucciones (si difiere del que aquí le proporcionamos). Vierta la leche en un cuenco; agregue los huevos, el aceite y las hierbas picadas y bata hasta que estén bien mezclados.
2. Vierta la mezcla de leche en la máquina. Esparza por encima el queso parmesano, seguido de las aceitunas. Vierta por encima la harina, de forma que el líquido, el queso y las aceitunas queden cubiertos por completo. Esparza el azúcar homogéneamente sobre la harina y luego añada la sal. Practique un pequeño hueco en el centro de la harina y agregue la levadura.
3. Tape, ponga en marcha la máquina en el programa recomendado en el manual (generalmente Horneado rápido proporciona los mejores resultados), seleccione el tamaño del pan y el tipo de corteza y presione Start o Inicio. Al cabo de dos minutos, levante la tapa de la máquina y raspe las paredes del recipiente con una espátula de plástico para asegurar un mezclado homogéneo. Tape de nuevo.
4. Una vez que el ciclo de horneado haya finalizado, retire el recipiente de la máquina y coloque el pan sobre una rejilla metálica para que se enfríe. Sírvalo cortado en rebanadas.

307 Pan de semillas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *10 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *varía de acuerdo con la máquina*
PARA *1 pan mediano (para 10-12 raciones)*

325 ml de leche (a temperatura ambiente)
4 cucharadas de aceite de girasol
2 huevos ligeramente batidos
450 g de harina sin gluten para pan blanco
5 cucharadas de mezcla de semillas y pipas como girasol, calabaza, alcaravea, amapola y linaza
2 cucharadas de azúcar blanquilla
1 cucharadita de sal
1 sobre de levadura seca rápida

1. Tenga en cuenta que las máquinas de pan varían, por lo que debe añadir los ingredientes en el recipiente en el orden especificado en su libro de instrucciones (si difiere del que aquí le proporcionamos). Vierta la leche en un cuenco; agregue el aceite y los huevos y bata hasta que estén bien mezclados.
2. Vierta la mezcla de leche en la máquina. Esparza por encima la harina de forma que el líquido quede cubierto por completo. Esparza la mezcla de semillas homogéneamente sobre la harina y luego añada el azúcar y la sal. Practique un pequeño hueco en el centro de la harina y agregue la levadura.
3. Tape, ponga en marcha la máquina en el programa recomendado en el manual (generalmente Horneado rápido proporciona los mejores resultados), seleccione el tamaño del pan y el tipo de corteza y presione Start o Inicio. Al cabo de dos minutos, levante un momento la tapa de la máquina y raspe las paredes del recipiente con una espátula de plástico con el fin de asegurar un mezclado homogéneo. Tape de nuevo.
4. Una vez que el ciclo de horneado haya finalizado, retire el recipiente de la máquina y coloque el pan sobre una rejilla metálica para que se enfríe. Sírvalo cortado en rebanadas.

308 Pan de tomate italiano

TIEMPO DE PREPARACIÓN *15 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *varía de acuerdo con la máquina*
PARA *1 pan mediano (para 10-12 raciones)*

325 ml de leche (a temperatura ambiente)
2 cucharadas del aceite de tomates secados al sol (de un frasco de tomates)
2 cucharadas de aceite de oliva
2 huevos ligeramente batidos
450 g de harina morena para pan sin gluten
55 g de queso parmesano finamente rallado
85 g de tomates secados al sol en aceite (peso escurrido), secos y picados
2 cucharadas de azúcar blanquilla
1 cucharadita de sal
1 sobre (7 g) de levadura seca rápida

1 Tenga en cuenta que las máquinas de pan varían, por lo que debe añadir los ingredientes en el recipiente en el orden especificado en su libro de instrucciones (si difiere del que aquí le proporcionamos). Vierta la leche en un cuenco, agregue los aceites y los huevos y bata hasta que estén bien mezclados.

2 Vierta la mezcla de leche en la máquina. Esparza por encima el queso parmesano, seguido de los tomates secados al sol. Agregue la harina, de forma que el líquido, el queso y los tomates queden cubiertos por completo. Esparza el azúcar homogéneamente sobre la harina y luego la sal. Practique un pequeño hueco en el centro de la harina y agregue la levadura.

3 Tape, ponga en marcha la máquina en el programa recomendado en el manual (generalmente Horneado rápido proporciona los mejores resultados), seleccione el tamaño del pan y el tipo de corteza y presione Start o Inicio. Al cabo de dos minutos, levante la tapa de la máquina y raspe las paredes del recipiente con una espátula de plástico para asegurar un mezclado homogéneo. Tape de nuevo.

4 Una vez que el ciclo de horneado haya finalizado, retire el recipiente de la máquina y coloque el pan sobre una rejilla metálica para que se enfríe. Sírvalo cortado en rebanadas.

309 Pan de queso y mostaza

TIEMPO DE PREPARACIÓN *15 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *varía de acuerdo con la máquina*
PARA *1 pan mediano (para 10-12 raciones)*

400 g de harina para pan blanco sin gluten
55 g de harina de garbanzos
300 ml de agua
2 huevos batidos
4 cucharadas de aceite de oliva
3 cucharadas de mostaza en grano sin gluten
85 g de queso cheddar curado finamente rallado
1 cucharada de azúcar blanquilla
1 ½ cucharaditas de sal
2 ½ cucharaditas de levadura seca rápida

1 Tenga en cuenta que las máquinas de pan varían, por lo que debe añadir los ingredientes en el recipiente en el orden especificado en su libro de instrucciones (si difiere del que aquí le proporcionamos). Mezcle las harinas y resérvelas. Vierta el agua en un cuenco, agregue los huevos, el aceite y la mostaza y bata hasta que estén bien mezclados.

2 Vierta la mezcla de agua en la máquina. Esparza por encima el queso parmesano, seguido de las harinas, de forma que el líquido quede cubierto por completo. Esparza el azúcar homogéneamente sobre la harina y, posteriormente, la sal. Practique un pequeño hueco en el centro de la harina y agregue la levadura.

3 Tape, ponga en marcha la máquina en el programa recomendado en el manual (generalmente Horneado rápido proporciona los mejores resultados), seleccione el tamaño del pan y el tipo de corteza y presione Start o Inicio. Al cabo de dos minutos, levante la tapa de la máquina y raspe las paredes del recipiente con una espátula de plástico para asegurar un mezclado homogéneo. Tape de nuevo.

4 Una vez que el ciclo de horneado haya finalizado, retire el recipiente de la máquina y coloque el pan sobre una rejilla metálica para que se enfríe. Sírvalo cortado en rebanadas.

310 Pan de miel especiado

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos, más el enfriado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *50-60 minutos*
PARA *1 pan (para 8 raciones)*

115 g de azúcar moreno blando
85 g de mantequilla
175 g de miel densa
225 g de harina blanca sin gluten
una pizca de sal
1 cucharadita de levadura en polvo sin gluten
2 cucharadas de mezcla de especias molidas
1 huevo batido
150 ml de leche

1 Retire la varilla de amasar del recipiente para el pan, unte con mantequilla y forre la base y las paredes del recipiente. Introduzca el azúcar, la mantequilla y la miel en un cazo y caliente lentamente hasta que se derritan sin dejar de remover. Retire el recipiente del fuego y déjelo enfriar ligeramente.
2 Tamice la harina, la sal, la levadura en polvo y la mezcla de especias en un cuenco, y practique un hueco en el centro. Mezcle el huevo y la leche y viértalos en el centro de los ingredientes secos junto con la mezcla de miel derretida. Bata con una cuchara de madera hasta que la mezcla adquiera una textura homogénea. Viértala en el recipiente.
3 Coloque el recipiente en la máquina y tape. Seleccione Sólo para hornear y marque 50 minutos en el reloj. Presione Start o Inicio. Tras el horneado, al insertar una aguja en el pan debe salir limpia. Si el pan requiere más horneado, seleccione el mismo programa que antes y marque de 5 a 10 minutos más en el reloj, o hasta que el pan esté cocido.
4 Retire el pan de la máquina con unos guantes para el horno y luego déjelo reposar 5 minutos antes de desmoldarlo sobre una rejilla metálica para que se temple. Sírvalo caliente o frío cortado en rebanadas.

VARIANTES *Utilice jarabe de melaza dorado en lugar de miel. Utilice jengibre molido o canela en lugar de la mezcla de especias.*

311 Pan para el té especiado

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos, más el tiempo de enfriado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *50-60 minutos*
PARA *1 pan (para 8 raciones)*

115 g de azúcar moreno blando
85 g de mantequilla
115 g de jarabe de melaza dorado
55 g de melaza negra
225 g de harina blanca sin gluten
una pizca de sal
1 cucharadita de levadura en polvo sin gluten
2 cucharaditas de mezcla de especias molidas
1 cucharadita de jengibre molido
1 huevo batido
150 ml de leche

1 Retire la varilla de amasar del recipiente para el pan, unte con mantequilla y forre la base y las paredes del recipiente. Introduzca el azúcar, la mantequilla, el jarabe y la melaza en un cazo y caliente lentamente hasta que se derritan sin dejar de remover. Retire el recipiente del fuego y, posteriormente, déjelo enfriar ligeramente.
2 Tamice la harina, la sal, la levadura en polvo y la mezcla de especias en un cuenco y practique un hueco en el centro. Mezcle el huevo y la leche y viértalos en el centro de los ingredientes secos junto con la preparación de jarabe. Bata con una cuchara de madera hasta que la mezcla adquiera una textura homogénea. Viértala en el recipiente.
3 Coloque el recipiente en la máquina y tape. Seleccione la opción Sólo para hornear y marque 50 minutos en el reloj. Presione Start o Inicio. Tras el horneado, al insertar una aguja en el pan debe salir limpia. Si el pan requiere más horneado, seleccione el mismo programa que antes y marque de 5 a 10 minutos más en el reloj o hasta que esté cocido.
4 Retire el pan de la máquina con unos guantes para el horno; luego déjelo reposar 5 minutos antes de desmoldarlo sobre una rejilla metálica para que se temple. Sírvalo caliente o frío cortado en rebanadas.

VARIANTE *Utilice canela molida en lugar del jengibre.*

312 Bizcocho de albaricoques y arándanos

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *1-1 ¼ horas* **PARA** *1 pan (para 10 raciones)*

225 g de harina blanca sin gluten
2 cucharaditas de levadura en polvo sin gluten
115 g de mantequilla a dados
115 g de azúcar moreno blando
la cáscara finamente rallada de 1 naranja
175 g de orejones de albaricoque picados
175 g de arándanos deshidratados
2 huevos batidos
150 ml de leche

1 Retire la varilla de amasar del recipiente para el pan, unte con mantequilla y forre la base y las paredes del recipiente. Tamice la harina y la levadura en polvo en un cuenco y amase ligeramente con la mantequilla. Mezcle con el azúcar, la cáscara de naranja y las frutas secas. Añada los huevos y la leche y mezcle a fondo hasta que todo esté bien ligado. Vierta la mezcla en el recipiente y nivele la superficie.

2 Coloque el recipiente en la máquina y tape. Seleccione Sólo para hornear y marque 60 minutos en el reloj. Presione Start o Inicio. Tras el horneado, al insertar una aguja en el bizcocho debe salir limpia. Si el bizcocho requiere más horneado, seleccione el mismo programa que antes y marque de 5 a 10 minutos más en el reloj, o hasta que esté cocido.

3 Retire el bizcocho de la máquina con unos guantes para el horno y luego déjelo reposar 5 minutos antes de desmoldarlo sobre una rejilla metálica para que se temple. Sírvalo caliente o frío cortado en rebanadas.

VARIANTE *Utilice sultanas o cerezas deshidratadas en lugar de arándanos. Utilice la cáscara finamente rallada de 1 limón en lugar de la cáscara de naranja.*

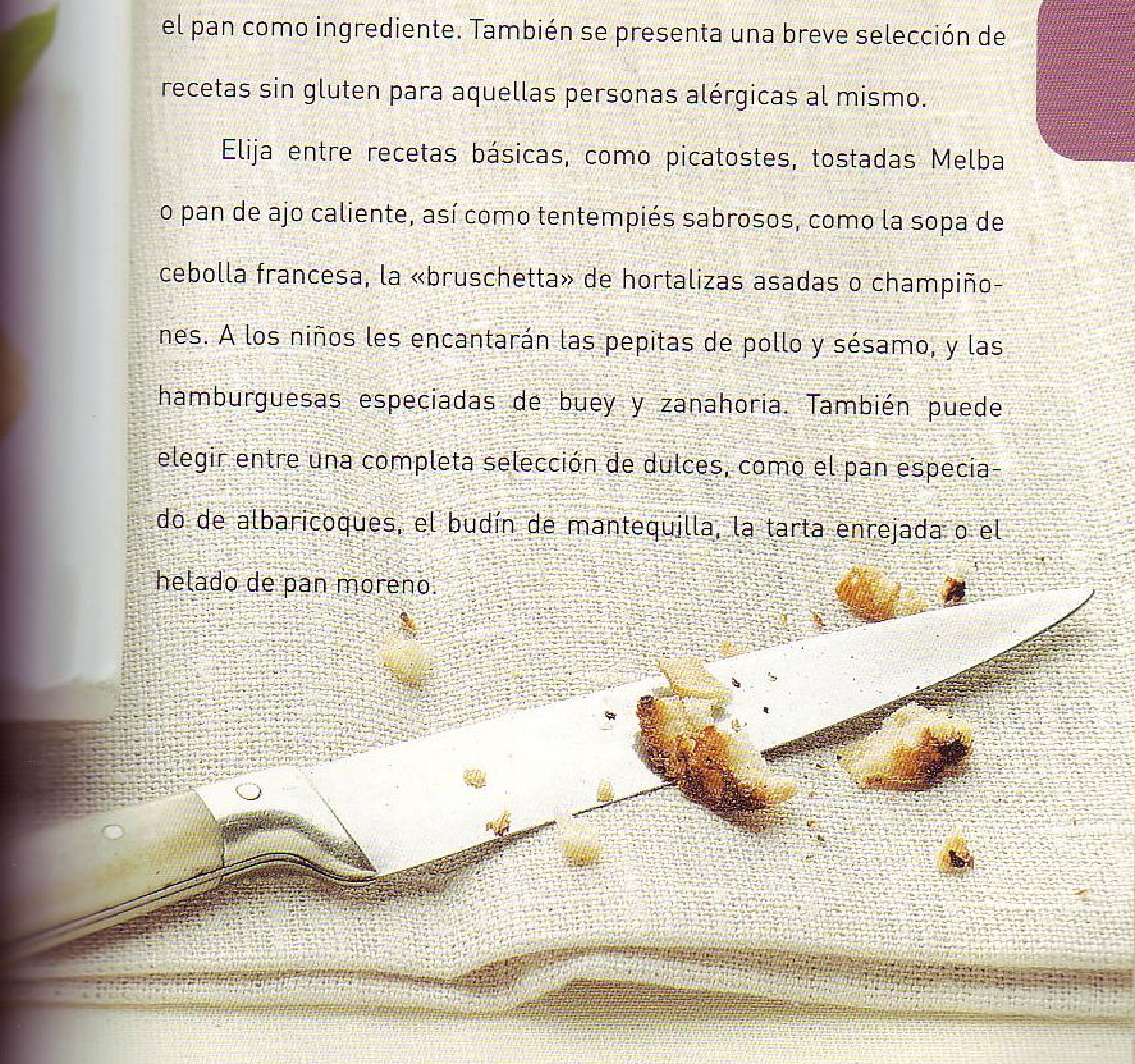
CAPÍTULO 7

Platos a base de pan

El pan, además de resultar delicioso por sí mismo, puede utilizarse como un ingrediente versátil en diferentes platos, tanto dulces como salados. Algunas de las recetas clásicas presentadas en este capítulo le resultarán familiares, mientras que otras más creativas pueden serle desconocidas.

Se ha incluido una selección de recetas tentadoras que utilizan el pan como ingrediente. También se presenta una breve selección de recetas sin gluten para aquellas personas alérgicas al mismo.

Elija entre recetas básicas, como picatostes, tostadas Melba o pan de ajo caliente, así como tentempiés sabrosos, como la sopa de cebolla francesa, la «bruschetta» de hortalizas asadas o champiñones. A los niños les encantarán las pepitas de pollo y sésamo, y las hamburguesas especiadas de buey y zanahoria. También puede elegir entre una completa selección de dulces, como el pan especiado de albaricoques, el budín de mantequilla, la tarta enrejada o el helado de pan moreno.



313 Picatostes

TIEMPO DE PREPARACIÓN *10 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *5-10 minutos* **PARA** *4-6*

3-4 rebanadas gruesas de pan blanco del día anterior
aceite de girasol para freír

1 Recorte la corteza de las rebanadas y deséchela. Corte el pan en dados de 1 cm.
2 Caliente en una sartén 1 cm de aceite. Cuando esté bien caliente, agregue los dados de pan y fríalos a fuego moderado, removiéndolos constantemente hasta que estén crujientes y dorados.
3 Retire los picatostes del aceite, utilizando una espumadera, y escúrralos sobre papel de cocina. Sírvalos calientes o fríos.

VARIANTES *Los picatostes pueden prepararse con antelación y conservarse en un recipiente hermético hasta el momento de utilizarlos. Utilice pan aromatizado, pan de tomates secados al sol o de hierbas para preparar los picatostes. Otros tipos de pan, como el integral o moreno, también resultan ideales para los picatostes. Añada 1 cucharadita de ajo picado al aceite para obtener un sabor más intenso.*

314 Picatostes horneados

TIEMPO DE PREPARACIÓN *10 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15 minutos* **PARA** *4-6*

3-4 rebanadas gruesas de pan de tomates secados del día anterior
aceite de tomates secados al sol (de un frasco de tomates secados al sol en aceite) para recubrir

1 Caliente el horno a 200 °C. Recorte las cortezas del pan y deséchelas. Corte el pan en dados de 2,5 cm y páselos por el aceite de forma que queden cubiertos por completo.
2 Coloque los dados de pan formando una sola capa sobre la placa de hornear o en una fuente refractaria poco profunda. Hornéelos unos 15 minutos o hasta que estén dorados y crujientes. Déles una sola vuelta.
3 Retírelos del horno. Escurra los picatostes sobre papel de cocina y sírvalos fríos o calientes.

VARIANTES *Utilice aceite de girasol, oliva o chile en vez de aceite de tomates secados al sol. Utilice pan de aceitunas y aceite de oliva o pan de nueces en lugar del pan de tomates secados al sol y del aceite de tomates secados al sol.*

315 Picatostes al parmesano

TIEMPO DE PREPARACIÓN *10 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *5-10 minutos* **PARA** *4-6*

3-4 rebanadas gruesas de pan del día anterior, blanco o sin gluten
aceite de girasol para freír
25 g de queso parmesano finamente rallado

1 Recorte las cortezas del pan y deséchelas. Corte el pan en dados de 1 cm.
2 Caliente 1 cm de aceite en una sartén. Cuando esté bien caliente, agregue los dados de pan y fríalos a fuego medio, removiendo constantemente hasta que estén crujientes y dorados.
3 Retire los picatostes del aceite con ayuda de una espumadera y escúrralos sobre papel de cocina. Mientras todavía estén calientes, mézclelos con el queso parmesano hasta recubrirlos por completo. Sírvalos calientes o fríos.

316 Tostadas Melba

TIEMPO DE PREPARACIÓN *10 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *10 minutos* **PARA** *4-6*

4 rebanadas gruesas de pan blanco o integral

1. Caliente el grill. Tueste las rebanadas de pan por ambas caras. Corte las cortezas con un cuchillo de sierra y deséchelas; luego deslice el cuchillo por el centro de la tostada y córtela horizontalmente por la mitad.
2. Corte cada trozo de pan en 4 triángulos, colóquelos de nuevo bajo el grill, con la parte no tostada hacia arriba y déjelos hasta que estén dorados y crujientes y los extremos empiecen a curvarse.
3. Sirva inmediatamente o deje enfriar; conserve en un recipiente hermético hasta el momento de utilizarlos. Caliéntelos en el horno antes de servir.

VARIANTE *Espolvoree las caras cortadas de la tostada con un poco de queso parmesano antes de tostarlas de nuevo, si lo desea.*

317 Tostada francesa

TIEMPO DE PREPARACIÓN *10 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *10-15 minutos* **PARA** *2-4*

2 rebanadas de pan blanco o sin gluten
2 huevos
150 ml de leche
una pizca generosa de nuez moscada acabada de rallar o canela molida
55 g de mantequilla
1-2 cucharadas de aceite de girasol
azúcar lustre para espolvorear

1 Recorte las cortezas del pan y deséchelas. Corte cada rebanada en 4 tiras regulares. Bata los huevos, la leche, la nuez moscada y la canela en un cuenco. Introduzca las tiras de pan en la mezcla hasta recubrirlas por completo.
2 Derrita la mitad de la mantequilla con 1 cucharada de aceite en una sartén grande de fondo grueso. Cuando la mantequilla forme espuma, añada la mitad de las tiras y fríalas hasta que estén doradas. Déles una vuelta.
3 Retire las tiras de la sartén, escúrralas sobre papel de cocina y consérvelas calientes. Incorpore el resto de la mantequilla y más aceite si fuese necesario. Agregue el resto de tiras y fríalas como antes; escúrralas a continuación.
4 Sirva muy caliente y espolvoree con un poco de azúcar blanquilla.

318 Pan de ajo caliente

TIEMPO DE PREPARACIÓN *15 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15-20 minutos* **PARA** *8-10*

1 *baguette* grande o flauta
115-175 g de mantequilla ablandada
3 dientes de ajo picados
sal marina y pimienta negra molida

1 Caliente el horno a 180 °C. Corte el pan en rebanadas de unos 2,5 cm de grosor, pero sin llegar a la base. Utilice un cuchillo para pan.
2 Bata la mantequilla en un cuenco hasta que esté cremosa; luego agregue el ajo, la sal y la pimienta al gusto y mezcle bien.
3 Extienda generosamente la mantequilla de ajo entre cada rebanada, envuelva el pan en papel de aluminio y colóquelo sobre la placa de hornear.
4 Hornee el pan de 15 a 20 minutos o hasta que esté caliente y la mantequilla se haya derretido en el interior. Sírvalo caliente cortado en rodajas.

319 Pan de ajo y queso

TIEMPO DE PREPARACIÓN *15 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15 minutos*
PARA *2 panes (cada uno para 4-6 raciones)*

115 g de mantequilla ablandada
3 dientes de ajo picados
2 cucharadas de perejil fresco picado
115 g de queso cheddar rallado
2 *baguettes* o flautas de unos 30 cm de longitud

1 Caliente el horno a 200 °C. Introduzca la mantequilla, el ajo y el perejil en un cuenco y bátalos hasta que estén bien ligados. Incorpore el queso sin dejar de remover.
2 Con la ayuda de un cuchillo para pan, practique unos cortes profundos intervalos regulares (1 cm), de manera que lleguen casi hasta la base de la barra. Extienda un poco de la mezcla de queso sobre cada lado de las rebanadas. Envuelva el pan con papel de aluminio y colóquelo sobre la placa de hornear.
3 Hornee los panes 10 minutos, luego abra los paquetes y hornee otros 4 minutos, o hasta que el queso y la mantequilla se hayan derretido y el pan esté crujiente. Sírvalo caliente cortado en rebanadas.

VARIANTES *Utilice gruyère o emmental en vez del cheddar. Emplee hierbas frescas variadas picadas en lugar del perejil.*

320 «Bruschetta» de hortalizas asadas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *15 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15 minutos* **PARA** *4 (para 8* bruschetta*)*

1 pimiento rojo o amarillo sin semillas a tiras
1 calabacín cortado por la mitad a tiras longitudinales
1 cebolla roja a trozos finos
2 tomates de mata grandes a rodajas gruesas
1 cucharada de aceite de oliva y un poco más para rociar
2 cucharaditas de mostaza en grano sin gluten
sal marina y pimienta negra al gusto acabada de moler
1 pan chapata cortado en 8 porciones iguales (u 8 porciones de una flauta o baguette, u 8 de pan sin gluten)
1 diente de ajo partido por la mitad
hojas de albahaca desmenuzadas para adornar

1 Caliente el grill a alta temperatura y forre la rejilla del mismo con papel de aluminio. Introduzca los pimientos, los calabacines, la cebolla y los tomates en un cuenco grande. Bata el aceite, la mostaza y los condimentos y luego rocíe esta mezcla sobre las hortalizas y mézclelas ligeramente.
2 Extienda las hortalizas formando una sola capa sobre la rejilla. Áselas al grill de 4 a 5 minutos por cada lado, o hasta que estén ligeramente doradas. Resérvelas al calor. (Si su rejilla no es lo suficientemente grande como para asar las hortalizas de una sola vez, hágalo en 2 tandas, y conserve la primera caliente mientras prepara la segunda).
3 Tueste bajo el grill las rebanadas de pan por ambas caras, y mientras todavía estén calientes frote una con las mitades de ajo. Divida las hortalizas entre las tostadas y sobre las caras untadas con ajo.
4 Rocíe con un poco de aceite de oliva, adorne con las hojas de albahaca desmenuzadas y sirva rápidamente acompañadas de una ensalada mixta.

321 «Bruschetta» de atún y tomates

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *10 minutos* **PARA** *8 (para 16* bruschetta*)*

225 g de *baguette* o flauta cortada en 16 rebanadas iguales
2 cucharadas de aceite de oliva
1 diente de ajo picado
200 g de atún en escabeche o aceite escurrido
100 g de maíz en grano (peso escurrido)
½ pimiento rojo sin semillas picado
2 cucharadas de cebollinos frescos picados
3-4 cucharadas de mayonesa
pimienta negra al gusto acabada de moler
4 tomates pequeños, cada uno cortado en 4 rodajas
perejil fresco picado o ramitas de berros para adornar

1 Caliente el horno a 200 °C. Introduzca las rebanadas de pan en una placa de hornear grande. Mezcle el aceite y el ajo en un cuenco pequeño y luego pinte ligeramente la superficie del pan con esta mezcla.
2 Hornee el pan unos 10 minutos o hasta que esté ligeramente dorado y crujiente. Colóquelo en una rejilla metálica para que se enfríe.
3 Desmenuce el atún en un cuenco y mézclelo con el maíz, el pimiento rojo, los cebollinos picados, la mayonesa y la pimienta negra. Reparta la mezcla de atún sobre las rebanadas tostadas, y aplane la mezcla ligeramente.
4 Coloque 1 rodaja de tomate sobre la mezcla de atún y adorne con el perejil picado o las ramitas de berro. Presente en una fuente de servicio y sirva rápidamente con una ensalada variada.

VARIANTE *Utilice 2 o 3 cebollas tiernas cortadas a trozos finos en vez del maíz. Utilice una chapata (unos 280 g) en lugar de la* baguette. *Emplee salmón en lata en lugar del atún. Utilice perejil fresco picado en lugar de los cebollinos.*

322 «Bruschetta» de salmón ahumado

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* TIEMPO DE COCCIÓN *5 minutos* PARA *4 (para 8* bruschetta*)*

1 pan chapata cortado en 8 rebanadas iguales u 8 rebanadas gruesas de pan sin gluten
2 cucharadas de aceite de oliva
1 diente de ajo picado (opcional)
115 g de queso en crema
1-2 cucharadas de hierbas frescas picadas (como perejil, cebollinos, eneldo)
sal marina y pimienta negra al gusto acabada de moler
8 lonchas finas de salmón ahumado
8 ramitas de berros frescos
12 tomates cherry partidos por la mitad

1 Caliente el grill a temperatura elevada. Introduzca en una placa bajo el grill las rebanadas de pan. Mezcle el aceite y el ajo, si los usa, y aplique ligeramente esta mezcla sobre una cara del pan. Tueste ambas caras bajo el grill hasta que estén doradas.
2 Mezcle el queso en crema, las hierbas picadas y los condimentos y luego extienda la mezcla sobre la cara de las rebanadas previamente untada con aceite. Cubra cada una con una loncha de salmón ahumado, una ramita de berros y 3 mitades de tomate.
3 Sirva rápidamente acompañadas de una ensalada de lechuga y berros.

VARIANTES *Utilice queso en crema aromatizado con ajo y hierbas o queso en crema mezclado con tomates secados al sol y picados en lugar del queso en crema y las hierbas. Utilice una* baguette *o flauta blanca en lugar de la chapata. Emplee trucha ahumada o lonchas de jamón serrano en lugar del salmón ahumado.*

323 Sopa de pan («Pancotto»)

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos* TIEMPO DE COCCIÓN *30 minutos* PARA *6*

100 ml de aceite de oliva virgen extra
2 cebollas a pequeños trozos
3 dientes de ajo grandes picados
4 tomates grandes (unos 900 g peso total) pelados, sin semillas y picados
1,4 l de caldo de buey o vegetal
sal marina y pimienta negra acabada de moler
225 ml de vino blanco seco
6 rebanadas gruesas de pan integral sin la corteza
55 g de queso parmesano finamente rallado
3 cucharadas de albahaca fresca picada
pequeñas ramitas de albahaca para adornar

1 Caliente el aceite en un cazo, agregue las cebollas y el ajo y saltee unos 5 minutos o hasta que se hayan ablandado y estén dorados. Añada los tomates, el caldo, el vino y las especias y mezcle bien.
2 Lleve lentamente a ebullición, reduzca la temperatura, tape y cueza 20 minutos a fuego lento, removiendo de vez en cuando.
3 Rompa el pan en trozos de 1 cm e introdúzcalos en la sopa. Mezcle y deje cocer 5 minutos a fuego lento y luego retire el recipiente del fuego y mezcle con el queso parmesano y la albahaca picada.
4 Deje reposar la sopa 30 minutos como mínimo. Sírvala caliente o a temperatura ambiente (no la enfríe). Viértala en platos hondos y adorne con las ramitas de albahaca.

324 Sopa de cebolla francesa

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *1 hora 5 minutos* **PARA** *6*

85 g de mantequilla
900 g de cebollas a pequeños trozos
1 cucharada de azúcar blanquilla
20 g de harina blanca
200 ml de vino blanco seco
1,4 l de caldo vegetal o de buey
sal marina y pimienta negra molida
6 rebanadas de pan de una *baguette*
55 g de queso gruyère rallado

1 Derrita la mantequilla en una cacerola grande. Agregue las cebollas y saltéelas unos 5 minutos o hasta que se hayan ablandado. Esparza el azúcar por encima y continúe la cocción a fuego lento unos 25 minutos, removiendo de vez en cuando, hasta que las cebollas estén doradas y caramelizadas.

2 Espolvoree la harina sobre las cebollas y cueza 1 minuto, sin dejar de remover. Agregue el vino y hierva hasta reducirlo a la mitad; luego mezcle con el caldo y los condimentos. Lleve a ebullición, sin dejar de remover, reduzca el fuego, tape y cueza a fuego lento durante unos 35 minutos, removiendo de vez en cuando.

3 Mientras, prepare las tostadas de gruyère. Caliente el grill a alta temperatura. Tueste las rebanadas de pan por una cara, déles la vuelta y espolvoree la superficie con el gruyère. Colóquelas bajo el grill hasta que el queso se haya derretido y forme burbujas.

4 Vierta la sopa en cuencos o platos calientes y deje flotar una rebanada de pan untado con gruyère para que no se enfríe. Sirva rápidamente.

VARIANTE *Si lo desea, deje enfriar ligeramente la sopa una vez cocinada, y, con la batidora, reduzca a puré un tercio de la misma. Introduzca el puré en la cacerola y vuélvalo a calentar suavemente antes de servir. Como alternativa, puede reducir a puré toda la sopa y volver a calentar antes de servir.*

325 «Chèvre en croûte»

TIEMPO DE PREPARACIÓN *10 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *10-15 minutos* **PARA** *6*

1-2 cucharadas de aceite de oliva virgen
1 diente de ajo pequeño picado
6 rebanadas (cada una de 1 cm de grosor) de una *baguette* o flauta
115 g de queso de rulo de cabra (con la corteza), cortado en 6 rodajas iguales
pimienta negra acabada de moler
hierbas frescas picadas para adornar

1 Caliente el horno a 180 °C. Mezcle el aceite y el ajo en un cuenco y aplique la mezcla en ambas caras de las rebanadas de pan. Introdúzcalas en una placa de hornear y hornee durante 5 minutos.
2 Retire las rebanadas del horno, coloque una rodaja de rulo de queso de cabra por encima y espolvoree con un poco de pimienta negra.
3 Introduzca el pan en el horno y hornee otros 5 o 10 minutos, o hasta que el queso adquiera una textura blanda y esponjosa.
4 Adorne con las ramitas de hierbas y sirva caliente acompañado de una ensalada verde mixta.

VARIANTE *Utilice aceite de tomates secados al sol, de chile, de nueces o incluso de avellanas en lugar del aceite de oliva.*

326 Pizzas de «pitta» con pimiento y pesto

TIEMPO DE PREPARACIÓN *15 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *10-15 minutos* **PARA** *4*

4 panes *pitta* blancos o integrales
3 cucharadas de salsa pesto preparada
4 cebollas tiernas finamente picadas
115 g de pimientos asados en aceite, escurridos y cortados en tiras finas
115 g de queso gouda rallado
ramitas de hierbas frescas para adornar

1 Caliente el horno a 180 °C. Introduzca los panes *pitta* sobre la placa de hornear. Extienda la salsa pesto homogéneamente por encima.
2 Reparta las cebollas tiernas sobre el pan y luego coloque las tiras de pimiento sobre las cebollas. Por último, espolvoree con el queso rallado.
3 Hornee las pizzas de 10 a 15 minutos o hasta que el queso se haya derretido. Corte cada pizza por la mitad, adorne con las ramitas de hierbas y sirva caliente con una ensalada mixta.

327 «Muffin» de pollo y calabacines

TIEMPO DE PREPARACIÓN *10 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *10 minutos* **PARA** *1*

1 calabacín pequeño a láminas longitudinales
1-2 cucharaditas de aceite de oliva
1 *muffin* inglés blanco o integral
mantequilla ablandada para untar
1 cucharada de salsa de tomate
sal marina y pimienta negra acabada de moler
40 g de pechugas de pollo cocidas (calientes o frías) peladas, deshuesadas y a trozos
una ramita de hierba fresca para adornar

1 Caliente el grill a una temperatura elevada. Introduzca los trozos de calabacín en una parrilla y úntelos ligeramente con aceite. Áselos bajo el grill varios minutos por cada lado hasta que estén ligeramente dorados, pero todavía firmes. Retírelos del grill y resérvelos al calor.
2 Corte el *muffin* por la mitad en sentido horizontal y tuéstelo bajo el grill por ambas caras. Extienda la mantequilla sobre las caras cortadas.
3 Recubra cada mitad de *muffin* untado con mantequilla con los trozos de calabacín y salpimiente. Coloque el pollo sobre el calabacín y vierta la salsa de tomate por encima. Coloque la otra cara por encima con la parte untada con mantequilla hacia abajo.
4 Corte el *muffin* por la mitad, adorne con la ramita de hierbas y sirva rápidamente acompañado de una ensalada mixta.

328 Pizzas francesas de queso y chile

TIEMPO DE PREPARACIÓN *30 minutos* TIEMPO DE COCCIÓN *20 minutos* PARA *8*

225 g de relleno para *bruschetta* en lata
2 cucharadas de tomate concentrado
1 diente de ajo picado
115 g de champiñones picados
2 cucharadas de chiles verdes jalapeños embotellados, escurridos y finamente picados
2 cucharadas de aceite de chile
1 *baguette* francesa grande o 1 flauta blanca grande cortada en 4 trozos(cada porción de unos 115 g), y luego en sentido horizontal
1 pimiento rojo sin semillas picado
140 g de chorizo a rodajas finas
175 g de mozzarella rallada
40 g de parmesano finamente rallado
perejil o cilantro fresco picado para decorar

1 Caliente el horno a 200 °C. Unte con mantequilla una placa para hornear y resérvela. Mezcle el relleno para *bruschetta*, el tomate concentrado, el ajo, los champiñones y los chiles en un cuenco.
2 Pinte la parte cortada del pan con un poco de aceite de chile y luego extienda por encima la mezcla anterior sobre cada base.
3 Distribuya el pimiento rojo y el chorizo por encima. Espolvoree con la mozzarella rallada y, por último, con el parmesano.
4 Introduzca en la placa de hornear y hornee unos 20 minutos o hasta que el queso se haya derretido. Espolvoree con perejil picado o cilantro y acompañe con una ensalada verde variada.

VARIANTE *Utilice calabacines en lugar de champiñones.*

329 Pizzas de «muffin»

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos* TIEMPO DE COCCIÓN *15 minutos* PARA *8 pizzas de* muffin

4 *muffins* ingleses blancos o integrales cortados por la mitad en sentido horizontal
8 cucharadas de salsa de tomate para pizza (como de tomate con hierbas)
1 diente de ajo picado
2 tomates sin semillas y picados
115 g de salami picado
85 g de champiñones a láminas finas
115 g de mozzarella rallada
2 cucharadas de perejil fresco picado

1 Caliente el horno a 200 °C. Unte con mantequilla una placa para hornear grande. Introduzca sobre la placa las mitades de *muffin* con la cara cortada hacia arriba.
2 Mezcle la salsa para pizza y el ajo en un cuenco pequeño y extienda parte de esta salsa sobre las mitades de *muffin*. Esparza por encima los tomates, el salami y los champiñones. Distribuya la mozzarella por encima.
3 Hornee las pizzas de *muffin* unos 15 minutos, o hasta que el queso se haya derretido y esté dorado, y los *muffin* crujientes y ligeramente dorados por los lados.
4 Retire las pizzas del horno y espolvoree la superficie con un poco de perejil picado. Sírvalas calientes o frías acompañadas de una ensalada verde mixta.

VARIANTE *Utilice bacon magro ahumado o chorizo en lugar del salami. Emplee cebollas tiernas o maíz en lata y escurrido en lugar de los champiñones. Utilice fontina o cheddar en lugar de mozzarella.*

330 Club sandwich clásico

TIEMPO DE PREPARACIÓN *10 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *5-6 minutos (para el bacon)*
PARA *1 sandwich*

2 lonchas de bacon ahumado
2 rebanadas de pan integral
1 rebanada de pan blanco
mantequilla ablandada para untar
2 cucharadas de mayonesa
1 tomate a rodajas
sal marina y pimienta negra acabada de moler
un poco de ensalada variada
55 g de pechuga de pollo cocida a rodajas
4 aceitunas verdes rellenas para adornar

1. Caliente el grill a temperatura elevada. Ase las lonchas de bacon de 5 a 6 minutos o hasta que estén cocidas y crujientes, dándoles una vuelta. Tueste las rebanadas de pan por ambas caras.
2. Unte con mantequilla las tostadas de pan integral por una sola cara y las de pan blanco por ambas. Extienda la mayonesa sobre la cara untada con mantequilla de ambas rebanadas de pan integral.
3. Para montar el sandwich, introduzca una rebanada de pan integral con la cara untada con mantequilla hacia arriba sobre la tabla. Cubra con las lonchas de bacon y coloque encima las rodajas de tomate. Salpimente. Cubra con la rebanada de pan blanco y coloque encima las hojas de ensalada y el pollo. Corone con la segunda rebanada de pan integral con la cara untada con mantequilla hacia abajo.
4. Presione el sandwich ligeramente y córtelo a cuartos. Inserte un palito de cóctel en cada cuarto de sandwich para mantenerlo unido y ensarte una aceituna en el palito para adornar. Sirva rápidamente.

VARIANTE *Utilice rebanadas de pan sin tostar para preparar este sandwich, si lo desea.*

331 Pan «bagnat»

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos, más 3 horas de enfriado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *sin* **PARA** *4*

1 *baguette* grande o 1 flauta blanca grande (unos 450 g) peso total
1 ½ cucharada de aceite de oliva virgen
2 tomates maduros a rodajas finas
sal marina y pimienta negra acabada de moler
12 aceitunas negras deshuesadas
1 pimiento amarillo pequeño sin semillas a tiras finas
1 cebolla roja pequeña a rodajas finas
200 g de queso fontina o taleggio a lonchas finas
3 cucharadas de hojas de albahaca frescas desmenuzadas

1. Corte el pan por la mitad y unte las caras cortadas con el aceite de oliva. Coloque las rodajas de tomate en una cara y salpimente.
2. Cubra con las tiras de pimiento, luego con la cebolla y, finalmente, con el queso. Esparza las aceitunas sobre el queso, y la albahaca por encima.
3. Coloque encima la cara superior del pan, con la parte cortada hacia abajo y presione ambas mitades. Envuelva el pan en papel de aluminio o en film de plástico y resérvelo en la nevera unas 3 horas para que los sabores se potencien.
4. Desenvuelva el pan y córtelo en 4 porciones. También puede cortarlo en rebanadas finas.

VARIANTES *Utilice queso gouda en lugar del fontina o taleggio. Recubra el queso con jamón cocido ahumado o al natural, si lo desea.*

332 «Croque monsieur»

TIEMPO DE PREPARACIÓN *10 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *4-6 minutos* **PARA** *4*

unos 55 g de mantequilla ablandada para untar
8 rebanadas finas de pan de molde blanco o sin gluten
4 lonchas de jamón cocido magro
4 lonchas de gruyère o edam
pimienta negra acabada de moler
perejil de hoja plana para adornar

1 Caliente el grill al máximo. Unte con mantequilla una cara de cada rebanada. Prepare 4 sandwiches, coloque en cada uno una loncha de jamón y queso y salpimente. Presione bien.
2 Tueste los sandwiches bajo el grill hasta que estén dorados por ambas caras. Déles una vuelta.
3 Corte los sandwiches por la mitad en sentido diagonal, adórnelos con ramitas de perejil y sírvalos rápidamente.

333 «Welsh rarebit»

TIEMPO DE PREPARACIÓN *15 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *10 minutos* **PARA** *4*

115 g de queso cheddar rallado
115 g de queso gruyère rallado
2-3 cucharaditas de mostaza francesa o de Dijon
1 huevo batido
2 cucharadas de cerveza
una pizca generosa de pimienta de cayena
sal marina y pimienta negra acabada de moler
4 rebanadas de pan blanco o moreno
mantequilla ablandada para untar
perejil fresco picado para adornar

1 Caliente el grill a alta temperatura. Mezcle ambos quesos en un cuenco y reserve 3 o 4 cucharadas. Agregue al queso la mostaza, el huevo, la cerveza, la cayena y la sal. Mezcle bien.
2 Tueste las rebanadas de pan por ambas caras bajo el grill y luego unte las tostadas con un poco de mantequilla. Distribuya la mezcla de queso sobre las caras de las tostadas untadas con mantequilla, extienda uniformemente y asegúrese de que los bordes estén recubiertos. Esparza por encima el queso reservado y introduzca bajo el grill hasta que la mezcla esté dorada y aparezcan burbujas.
3 Esparza por encima el perejil picado y sirva rápidamente tal cual o acompañado con una ensalada verde mixta.

334 Tostadas de atún

TIEMPO DE PREPARACIÓN *10 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *5 minutos* **PARA** *2*

100 g de atún en conserva, al natural o en aceite, escurrido y en migas
2 cucharadas de mayonesa
1-2 cebollas tiernas finamente picadas
1 cucharada de pimiento rojo finamente picado y sin semillas
1 cucharada de cebollinos frescos picados
pimienta negra acabada de moler
unos 40 g de mantequilla ablandada
4 rebanadas de pan blanco o integral
55 g de queso gruyère o emmental rallado
ramitas de hierbas frescas para adornar

1 Caliente el grill a temperatura media. Introduzca el atún, la mayonesa, las cebollas tiernas, el pimiento rojo picado, los cebollinos y la pimienta negra en un cuenco pequeño y mezcle bien. Reserve.
2 Extienda la mantequilla sobre una cara de cada rebanada. Esparza la mezcla de atún sobre las 2 rebanadas de pan, con la cara untada con mantequilla hacia arriba. Distribuya el queso sobre la mezcla de atún y luego coloque las 2 rebanadas restantes, con la cara untada con mantequilla hacia abajo, para preparar 2 sandwiches.
3 Unte con mantequilla la parte superior de los 2 sandwiches y colóquelos bajo el grill de 1 a 2 minutos, o hasta que la superficie esté ligeramente dorada.
4 Dé la vuelta a los sandwiches y extienda la mantequilla sobre la cara no tostada. Colóquelos bajo el grill de 1 a 2 minutos o hasta que el queso empiece a derretirse.
5 Adorne con ramitas de hierbas y sirva enseguida con una ensalada verde mixta.

335 Pan de judías para picnic

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos* TIEMPO DE COCCIÓN *1-1 ¼ horas* PARA *8-10*

400 g de judías secas en conserva
1 cucharada de aceite de oliva
1 cebolla finamente picada
1 diente de ajo picado
115 g de champiñones finamente picados
1 cucharadita de cada una de las siguientes hierbas: comino molido, cilantro molido y *garam masala*
200 g de maíz en grano en lata y escurrido
175 g de queso cheddar rallado
140 g de migas de pan integral
2 huevos batidos
2 cucharadas de perejil fresco picado o cilantro
sal marina y pimienta negra acabada de moler

1 Caliente el horno a 180 °C. Unte con mantequilla un molde de 900 g para pan y resérvelo. Introduzca las judías y su líquido en una cacerola y caliéntelas, removiéndolas de vez en cuando. Escurra las judías, enjuáguelas con agua caliente y escúrralas. Introdúzcalas en un cuenco y aplástelas cuando todavía estén calientes. Resérvelas.

2 Caliente el aceite en una sartén, agregue la cebolla y el ajo y saltee unos 5 minutos o hasta que se ablanden. Agregue los champiñones y saltee de 2 a 3 minutos, incorpore las especias y saltee otro minuto más.

3 Mezcle las judías aplastadas, la mezcla de cebollas y el resto de los ingredientes. Extienda la mezcla en el molde y nivele la superficie.

4 Hornee de 1 a 1 ¼ horas, o hasta que la superficie de la preparación esté dorada. Deje enfriar el pan en el molde unos minutos y luego colóquelo sobre una rejilla para que se enfríe. Sírvalo caliente o frío cortado en porciones y acompañado de una ensalada verde y pan fresco crujiente.

336 Pimientos rojos asados

TIEMPO DE PREPARACIÓN *35 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30 minutos* **PARA** *4*

1 cucharada de aceite de oliva
1 cebolla roja a rodajas finas
1 calabacín finamente picado
115 g de champiñones a láminas
1 diente de ajo picado
400 g de tomates en lata picados
1 cucharada de tomate concentrado
400 g de piñones
2-3 cucharadas de albahaca fresca picada
sal marina y pimienta negra acabada de moler
4 pimientos grandes (2 rojos y 2 amarillos)
55 g de queso cheddar curado finamente rallado
3 cucharadas de pan blanco o moreno estándar o migas de pan sin gluten
albahaca fresca para adornar

1. Caliente el horno a 180 °C. Caliente el aceite en una cacerola; agregue la cebolla, el calabacín, los champiñones y el ajo y saltee a fuego medio durante 5 minutos.
2. Agregue los tomates y el tomate concentrado a la cacerola, mezcle y lleve a ebullición. Cueza a fuego lento de 10 a 15 minutos y con el recipiente destapado, hasta que la mezcla se haya espesado ligeramente. Retire la cacerola del fuego y mezcle su contenido con los piñones, la albahaca picada, la sal y la pimienta al gusto.
3. Mientras, corte los pimientos por la mitad y retire las semillas. Blanquee las mitades de pimiento en una cacerola con agua hirviendo durante 3 minutos y escúrralas.
4. Introduzca las mitades de pimiento, con el lado cortado hacia arriba, en una fuente refractaria y distribuya la mezcla de hortalizas. Tape con papel de aluminio y hornee durante 20 minutos.
5. Retire el papel. Mezcle el queso y el pan rallado y esparza sobre las mitades de pimiento. Hornee sin tapar otros 5 o 10 minutos o hasta que el queso se haya derretido y forme burbujas.
6. Adorne con ramitas de albahaca y sirva rápidamente con pan fresco crujiente y una ensalada verde.

337 Pan de lentejas y frutos secos

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *50-60 minutos* **PARA** *8-10*

1 cucharada de aceite de oliva
6 escalonias finamente picadas
1 puerro lavado y picado
2 dientes de ajo picados
2 tallos de apio finamente picados
225 g de champiñones picados
425 g de lentejas envasadas, enjuagadas y escurridas
55 g de migas de pan blanco o moreno o sin gluten
115 g de frutos secos variados, como avellanas, anacardos y almendra finamente picados
55 g de queso cheddar curado rallado
1 huevo batido
3-4 cucharadas de hierbas frescas variadas
sal marina y pimienta negra acabada de moler
ramitas de hierbas frescas para adornar

1. Caliente el horno a 190 °C. Unte con mantequilla y forre un molde de 900 g para pan y resérvelo. Caliente el aceite en una cacerola; agregue las escalonias, el puerro, el ajo, el apio y los champiñones y saltee a fuego medio unos 10 minutos, o hasta que estén blandos.
2. Añada las lentejas, los frutos secos, las migas de pan, el queso, el huevo, las hierbas y los condimentos y mezcle. Introduzca la mezcla en el molde y nivele la superficie.
3. Hornee de 50 a 60 minutos o hasta que el pan esté ligeramente dorado y firme al tacto. Déjelo enfriar ligeramente en el molde, luego viértalo sobre una fuente de servicio y adorne con las hierbas. Sírvalo caliente o frío cortado en porciones y acompañado de pan fresco crujiente y una ensalada.

VARIANTE *Utilice queso parmesano o gruyère en lugar del cheddar. Utilice 1 cebolla roja o blanca en lugar de las escalonias.*

338 Paté de champiñones

TIEMPO DE PREPARACIÓN *30 minutos, más el enfriado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *45-60 minutos* **PARA** *8-10*

450 g de champiñones castaña a láminas
1 cebolla roja picada
2 dientes de ajo picados
1 pimiento rojo sin semillas y a dados
2 cucharadas de caldo vegetal
2 cucharadas de vino blanco seco
1 huevo batido
400 g de judías secas, enjuagadas y escurridas
55 g de migas de pan blanco o integral
1 cucharada de tomillo fresco picado
sal marina y pimienta negra acabada de moler
ramitas de hierbas frescas para adornar

1 Caliente el horno a 180 °C. Unte con mantequilla y forre un molde de 900 g para pan y resérvelo. Introduzca los champiñones, la cebolla, el ajo, el pimiento rojo, el caldo y el vino en una cacerola. Tape y deje cocer a fuego lento unos 10 minutos, removiendo de vez en cuando, hasta que las hortalizas se hayan ablandado.
2 Retire la cacerola del fuego y déjela enfriar ligeramente; luego haga un puré con las judías.
3 Introduzca el puré en un cuenco y mezcle con el huevo, las migas y las hierbas picadas. Salpimente al gusto. Vierta la mezcla en el molde y nivele la superficie.
4 Hornee el pan unos 45 o 60 minutos o hasta que esté ligeramente cuajado y dorado. Colóquelo sobre una rejilla y déjelo enfriar por completo en el molde.
5 Una vez frío, tape y refrigere varias horas. Vuelque el paté en una fuente de servicio. Adórnelo con ramitas de hierbas y sírvalo cortado en porciones acompañado de pan fresco crujiente o tostadas y una ensalada verde mixta.

339 Pan de champiñones a las hierbas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *30 minutos, más el enfriado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *1 hora* **PARA** *8-10*

4 cucharadas de caldo vegetal
1 cebolla picada
350 g de champiñones pequeños a láminas
350 g de champiñones castaña a laminas
3-4 cucharadas de hierbas frescas picadas
2 dientes de ajo picados
2 tallos de apio picados
3 cucharadas de oporto ruby
sal marina y pimienta negra acabada de moler
85 g de migas de pan integrales
2 huevos batidos
hierbas frescas para adornar

1 Caliente el horno a 180 °C. Unte con mantequilla y forre un molde de 900 g para pan y resérvelo. Introduzca el caldo, la cebolla, el ajo y el apio en una cacerola. Tape y deje cocer a fuego lento 10 minutos removiendo de vez en cuando.
2 Mezcle con los champiñones, tape y deje cocer a fuego lento 10 minutos, removiendo de vez en cuando. Retire el recipiente del fuego, agregue las hierbas picadas, el oporto y las especias. Reserve y deje enfriar la mezcla ligeramente; luego introdúzcala en la batidora o robot hasta obtener un puré de textura homogénea.
3 Introduzca la mezcla en un cuenco, agregue las migas y los huevos y mezcle bien. Rectifique de especias, introduzca en el molde y nivele la superficie.
4 Hornee el pan 1 hora aproximadamente o hasta que la superficie esté ligeramente dorada. Retírelo del horno y déjelo enfriar en el molde.
5 Una vez frío, tápelo e introdúzcalo en el frigorífico durante varias horas antes de servir. Colóquelo cuidadosamente sobre una fuente de servicio y adórnelo con ramitas de hierbas. Sirva cortado en rebanadas con pan fresco crujiente o tostadas.

340 Vieiras gratinadas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *35 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15-25 minutos* **PARA** *4*

100 g de mantequilla
4 escalonias finamente picadas
20 g de harina blanca
300 ml de leche
55 g de queso gruyère rallado
sal marina y pimienta negra acabada de moler
8 vieiras grandes frescas sin las conchas y lavadas (reserve las conchas)
115 g de migas de pan blanco o integral
2 cucharadas de perejil fresco picado
1 limón cortado
ramitas de perejil para adornar

1. Caliente el horno a 200 °C. Derrita 25 g de mantequilla en un cazo, agregue las escalonias y saltéelas unos 5 minutos o hasta que se hayan ablandado pero no dorado. Retírelas del cazo con una espumadera, colóquelas en un plato y resérvelas.
2. Introduzca 20 g de mantequilla en el cazo junto con la harina y la leche. Remueva sin cesar hasta que la salsa hierva y espese. Cuézala a fuego lento de 2 a 3 minutos removiendo de vez en cuando. Retire el cazo del fuego y mezcle la salsa con el queso. Rectifique las especias al gusto.
3. Vierta un poco de la salsa de queso en la base de cada concha, y coloque encima una vieira. Distribuya un poco de escalonias a su alrededor y cubra con el resto de la salsa.
4. Mezcle las migas de pan y el perejil picado y esparza esta mezcla sobre la salsa. Derrita el resto de la mantequilla y vierta un poco sobre cada vieira.
5. Hornee las vieiras unos 15 o 25 minutos o hasta que estén cocidas. Adorne con los gajos de limón y el perejil y sirva.

341 Champiñones rellenos

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15 minutos*
PARA *4 (para 8 champiñones rellenos - sirva 2 por persona)*

8 champiñones grandes planos
2 cucharadas de aceite de oliva
1 cebolla roja pequeña finamente picada
1 diente de ajo picado
1 calabacín pequeño finamente picado
½ pimiento rojo pequeño sin semillas y finamente picado
2 cucharadas de albahaca fresca picada
1 cucharada de orégano fresco picado o mejorana
sal marina y pimienta negra acabada de moler
85 g de queso parmesano finamente rallado
hierbas frescas para adornar
55 g de migas de pan blanco o moreno o sin gluten

1. Caliente el horno a 180 °C. Unte con mantequilla una fuente refractaria o una placa para hornear y resérvela. Retire los pies de los champiñones y píquelos a pequeños trozos.
2. Caliente el aceite en una sartén; agregue los pies de los champiñones, la cebolla, el ajo, el calabacín y el pimiento rojo y saltee unos 5 minutos o hasta que se hayan ablandado.
3. Retire el recipiente del fuego y mezcle su contenido con las migas de pan, las hierbas picadas y las especias. Coloque los sombreros sobre la fuente o la placa de los champiñones con la parte interna mirando hacia arriba.
4. Reparta la mezcla de cebolla sobre los sombreros y luego espolvoree por encima con el parmesano.
5. Hornee unos 15 minutos, o hasta que los champiñones estén tiernos y el queso se haya derretido y dorado ligeramente. Adorne con ramitas de hierbas y sirva caliente.

VARIANTE *Utilice perejil o cilantro en lugar de la albahaca. Emplee mozzarella en lugar de parmesano.*

342 Pasteles de patata, queso y puerro

TIEMPO DE PREPARACIÓN *40 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *25 minutos* **PARA** *4 (para 8 pasteles)*

900 g de patatas peladas y a dados
1 cucharada de aceite de girasol
2 puerros lavados y a trozos finos (unos 225 g limpios)
1 cucharadita de mostaza de Dijon
115 g de queso cheddar curado rallado
1 huevo batido
1 cucharadita de hierbas secas de Provenza
sal marina y pimienta negra acabada de moler
harina blanca para dar forma
unos 85 g de migas de pan blanco o integral

1 Caliente el horno a 200 °C. Unte con mantequilla una placa para hornear y resérvela. Cueza las patatas en una cacerola con agua hirviendo unos 15 minutos o hasta que estén tiernas. Escúrralas muy bien y resérvelas.
2 Mientras, caliente el aceite en una sartén, agregue los puerros y saltéelos a fuego fuerte unos 8 minutos o hasta que estén cocidos. Retírelos de la sartén y resérvelos.
3 Aplaste las patatas en la cacerola y agregue los puerros, la mostaza, el queso, las hierbas secas y las especias y mezcle bien. Divida la preparación en 8 partes iguales.
4 Con las manos untadas con harina, forme una bola con cada porción y presiónelas para obtener unos pasteles planos de unos 2,5 cm de grosor y unos 7 cm de diámetro. Píntelos uniformemente con el huevo batido, y luego espolvoréelos con las migas, de forma que queden bien recubiertos.
5 Coloque los pasteles sobre la placa y hornéelos unos 25 minutos o hasta que estén dorados y crujientes. Déles una vuelta. Sírvalos calientes con una ensalada mixta.

VARIANTE *Los pasteles de patatas pueden cocerse bajo el grill caliente. Coloque los pasteles de patata sobre la rejilla del grill unos 7 minutos por cara o hasta que estén cocidos y ligeramente dorados. Sírvalos calientes.*

343 «Nuggets» de pollo y sésamo

TIEMPO DE PREPARACIÓN *15 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *20 minutos* **PARA** *4-6*

500 g de pechugas de pollo peladas y deshuesadas
2 huevos batidos
115 g de migas finas de pan integral
40 g de semillas de sésamo
3 cucharadas de hierbas frescas picadas, como perejil, cebollinos, orégano y albahaca
25 g de harina blanca

1 Caliente el horno a 200 °C. Unte con mantequilla una placa para hornear y resérvela. Corte el pollo a dados de 2,5 cm y resérvelos. Bata en un plato hondo los huevos con 2 cucharadas de agua. Mezcle las migas, las semillas de sésamo, y las hierbas picadas en otro plato y coloque la harina en un tercer plato.
2 Pase los dados de pollo primero por la harina, luego por la mezcla de huevo batido y, finalmente, por la de las migas, asegurándose de que quedan bien recubiertos.
3 Coloque los *nuggets* de pollo en la placa y hornee unos 20 minutos o hasta que estén cocidos, dorados y crujientes. Déles una vuelta. Sírvalos calientes o fríos con mojo o salsa.

VARIANTES *Utilice pechugas de pavo en lugar de pollo. Emplee 1 cucharada de hierbas secas variadas en lugar de las frescas.*

344 Hamburguesas de buey y zanahoria

TIEMPO DE PREPARACIÓN *15 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *10-15 minutos* **PARA** *4*

450 g de carne de buey magra picada
2 zanahorias ralladas a grandes trozos
85 g de champiñones finamente picados
1 cebolla grande finamente picada
55 g de migas de pan blanco o integral
2 cucharadas de tomate concentrado
1 huevo ligeramente batido
1 diente de ajo picado
2 cucharaditas de comino molido
2 cucharaditas de cilantro molido
1 cucharadita de chile en polvo
sal marina y pimienta negra al gusto acabada de moler

1 Caliente el grill a temperatura media. Introduzca todos los ingredientes en un cuenco grande y mézclelos. Forme con la mezcla 4 hamburguesas redondas planas, ayudándose con las manos.
2 Ase las hamburguesas en el grill de 10 a 15 minutos o hasta que estén ligeramente doradas y cocidas a su gusto. Déles una vuelta.
3 Sirva las hamburguesas en panecillos, recubiertas con hojas de ensalada, salsa o ketchup.

VARIANTE *Utilice carne picada magra de cordero o cerdo en lugar de buey. Emplee 4-6 escalonias en lugar de la cebolla.*

345 Hamburguesas de buey y judías

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *10-15 minutos* **PARA** *4*

250 g de carne de buey magra picada
1 cebolla finamente picada
1 diente de ajo picado
400 g de judías enjuagadas, escurridas y chafadas
55 g de migas de pan blanco o integral
115 g de zanahorias ralladas a grandes trozos
1 huevo batido
1 cucharadita de comino molido
1 cucharadita de cilantro molido
1 cucharadita de chile en polvo
3 cucharadas de perejil fresco picado
sal marina y pimienta negra acabada de moler
1-2 cucharadas de aceite de girasol

1 Introduzca en un cuenco el buey picado, la cebolla, el ajo, las judías, las migas, las zanahorias, el huevo, las especias y el perejil y mezcle. Forme 4 hamburguesas sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y aplánelas ligeramente.
2 Caliente el aceite en una sartén, añada las hamburguesas y cuézalas a fuego moderado de 10 a 15 minutos, o hasta que estén doradas y cocidas a su gusto. Déles una vuelta.
3 Sirva las hamburguesas en panecillos blancos o integrales, recubiertas con hojas de ensalada, rodajas de tomate y ketchup.

VARIANTE *Utilice carne picada magra de cordero en vez de buey. Emplee judías de careta en lugar de las secas. Emplee calabacines en lugar de zanahorias.*

346 Pasta gratinada con calabacines y bacon

TIEMPO DE PREPARACIÓN *15 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *20 minutos* **PARA** *4-6*

225 g de pasta tipo fusilli
sal marina y pimienta negra acabada de moler
70 g de mantequilla
2 puerros lavados y a rodajas
2 calabacines a rodajas
225 g de lonchas de bacon ahumado, sin la corteza y picado
40 g de harina blanca
850 ml de leche
175 g de queso cheddar curado rallado
3 cucharadas de perejil picado
3 cucharadas de migas de pan blanco o integral
3 cucharadas de queso parmesano rallado
ramitas de perejil para adornar

1 Caliente el horno a 200 °C. Unte ligeramente con mantequilla una fuente refractaria y resérvela. Cueza la pasta en una cacerola grande con abundante agua con sal. Déjela hervir de 10 a 12 minutos, o hasta que esté *al dente*.

2 Mientras, derrita 25 g de mantequilla en una sartén, agregue los puerros y los calabacines y saltee 5 minutos. Incorpore el bacon y saltee otros 5 minutos o hasta que las hortalizas y el bacon estén cocidos. Agréguelos a la pasta escurrida y mezcle bien. Conserve caliente.

3 Introduzca el resto de la mantequilla, la harina y la leche en un cazo y caliente lentamente sin dejar de remover hasta que la salsa espese y adquiera una textura homogénea. Vierta la salsa de queso sobre la pasta y mezcle suavemente. Coloque en una fuente.

4 Retire del fuego y añada el queso cheddar, el perejil picado y la guarnición. Vierta la salsa de queso sobre la pasta y mezcle bien. Coloque en el recipiente para el horno.

5 Mezcle las migas y el parmesano y esparza sobre la pasta. Hornéela unos 20 minutos (o colóquela bajo el grill previamente calentado) hasta que la superficie esté dorada y forme burbujas. Adorne con las ramitas de perejil y sirva con una ensalada mixta.

347 Macarrones tres quesos

TIEMPO DE PREPARACIÓN *15 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *15 minutos* **PARA** *4*

225 g de macarrones cortos
sal marina y pimienta negra molida
55 g de mantequilla
55 g de harina blanca
700 ml de leche
2 cucharaditas de mostaza de Dijon
175 g de queso cheddar o pecorino rallado
115 g de queso mozzarella a pequeños dados
115 g de queso parmesano finamente rallado
4 cucharadas de migas frescas de pan blanco o integral
ramitas de hierbas para adornar

1 Unte con mantequilla una fuente refractaria y resérvela. Cueza los macarrones en una cacerola con abundante agua con sal y hierva de 8 a 10 minutos o hasta que estén cocidos *al dente*. Escúrralos y consérvelos calientes.

2 Mientras, derrita la mantequilla en un cazo, mézclela con la harina y cueza 1 minuto sin dejar de remover. Incorpore gradualmente la leche sin dejar de remover, agregue la mostaza y cueza sin dejar de batir hasta que la salsa adquiera una textura espesa y homogénea. Cuézala luego a fuego lento de 2 a 3 minutos sin dejar de remover.

3 Retire el cazo del fuego y mezcle la salsa con el cheddar o pecorino, la mozzarella, 55 g de parmesano y sal y pimienta al gusto. Añada la salsa a la pasta cocida y mezcle bien. Introduzca la mezcla en una fuente.

4 Caliente el grill al máximo. Mezcle el resto del parmesano con las migas y esparza sobre los macarrones. Introduzca la fuente bajo el grill unos minutos o hasta que su contenido esté dorado y forme algunas burbujas.

5 Adorne con las ramitas de hierbas y acompañe con hortalizas de temporada, como judías o mazorcas de maíz mini.

VARIANTE *Utilice mostaza en grano en lugar de la de Dijon.*

348 Gratín de pasta y hortalizas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *20 minutos* **PARA** *4*

225 g de macarrones cortos
sal marina y pimienta negra acabada de moler
225 g de brécol
225 g de calabacines a rodajas
55 g de mantequilla
55 g de harina blanca
850 ml de leche
175 g de queso cheddar curado rallado
1 cucharadita de mostaza de Dijon
2 cucharadas de perejil fresco picado
3 cucharadas de migas de pan blanco o integral
ramitas de perejil para adornar

1 Caliente el horno a 200 °C. Unte con mantequilla una fuente refractaria y resérvela. Cueza los macarrones en una cacerola con abundante agua con sal y hierva durante 10 minutos o hasta que estén tiernos. Escúrralos y mantenga al calor.

2 Mientras, cueza los brécoles y los calabacines en una cacerola con agua hirviendo de 3 a 4 minutos o hasta que estén tiernos. Escúrralos y conserve calientes.

3 Introduzca la mantequilla, la harina y la leche en un cazo y caliente, sin dejar de batir vigorosamente, hasta que la salsa hierva y espese. Cueza a fuego lento de 2 a 3 minutos sin dejar de remover.

4 Retire el cazo del fuego y mezcle con 140 g de queso, la mostaza, el perejil picado y las especias. Agregue los macarrones y las hortalizas y mezcle suavemente. Introduzca la mezcla en la fuente.

5 Mezcle el resto del queso y las migas y esparza sobre los macarrones.

6 Hornee unos 20 minutos o hasta que la superficie esté dorada y forme burbujas. Adorne con las ramitas de perejil y acompañe con pan blanco crujiente y una ensalada mixta.

VARIANTES *Utilice champiñones a láminas en vez de los calabacines. Emplee gruyère en lugar de cheddar.*

349 Pasteles de pescado con salsa de tomate

TIEMPO DE PREPARACIÓN *15 minutos, más 30 minutos de enfriado*
TIEMPO DE COCCIÓN *20-25 minutos* **PARA** *2-4*

Para los pasteles de pescado
1 puerro lavado y finamente picado
225 g de patatas cocidas frías aplastadas
100 g de salmón rosado en lata, escurrido y separado a trozos
1 cucharada de perejil fresco picado
un chorrito de zumo de limón
sal marina y pimienta negra molida
1 huevo batido
unos 85 g de migas de pan fresco integral para recubrir
aceite de girasol para freír

Para la salsa de tomate
3 tomates carnosos, pelados, sin semillas y finamente picados
1 cucharada de ketchup
1 cucharada de perejil fresco picado

1 Para preparar los pasteles de pescado, cueza el puerro en una cacerola pequeña con agua hirviendo unos 10 minutos o hasta que esté tierno. Escúrralo bien y extraiga el exceso de agua.
2 Mezcle las patatas aplastadas con los puerros. Agregue el salmón, el perejil picado, el zumo de limón y las especias y mezcle a fondo.
3 Pase la mezcla sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y haga 8 hamburguesas pequeñas que aplanará ligeramente. Páselas por el huevo batido y luego por las migas para recubrirlas por completo. Colóquelas en un plato, tápelas y guarde en la nevera.
4 Caliente un poco de aceite en una sartén grande, introduzca los pasteles de pescado y cuézalos a fuego moderado hasta que estén dorados y crujientes por ambas caras. Déles una vuelta.
5 Mientras, prepare la salsa de tomate. Mezcle los tomates picados, el ketchup y el perejil picado en un cuenco. Salpimente al gusto.
6 Sirva los pasteles de pescado con la salsa de tomate. Acompañe con patatas al horno y hortalizas.

350 Tiritas de pescado con salsa de hierbas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos, más 15 minutos de enfriado*
TIEMPO DE COCCIÓN *10-15 minutos* **PARA** *4*

Para las tiritas de pescado
450 g de filetes de bacalao pelados y cortados en tiras finas
2 cucharadas de harina blanca
unos 140 g de migas de pan blanco o integral
1 cucharadita de mezcla de hierbas secas
2 huevos batidos
70 g de mantequilla

Para la salsa de hierbas
20 g de mantequilla
20 g de harina blanca
300 ml de leche
55 g de queso cheddar curado rallado
1 cucharadita de mostaza de Dijon
3 cucharadas de hierbas frescas picadas (como perejil, orégano, tomillo y cebollinos)
sal marina y pimienta negra molida
ramitas de hierbas frescas para adornar

1 Prepare las tiritas de pescado. Enharine las tiras y sacuda el exceso de harina. Mezcle las migas con las hierbas secas y reserve. Introduzca las tiras enharinadas en el huevo batido y luego páselas por la mezcla de migas, intentando recubrir las tiras por completo. Colóquelas en un plato en la nevera.
2 Derrita la mantequilla en una sartén grande, incorpore el pescado y fríalo a fuego moderado de 8 a 10 minutos, o hasta que esté bien cocido y dorado, dándole la vuelta de vez en cuando.
3 Mientras, prepare la salsa de hierbas. Introduzca la mantequilla, la harina y la leche en un cazo. Caliente suavemente, sin dejar de batir, hasta que la salsa espese y adquiera una textura homogénea. Cuézala a fuego lento durante 2-3 minutos sin dejar de remover.
4 Retire el recipiente del fuego, mezcle la salsa con el queso y las hierbas picadas y salpimente al gusto.
5 Sirva las tiritas de pescado acompañadas de la salsa de hierbas y adorne con las ramitas de hierbas. Acompañe con hortalizas de temporada, como patatas nuevas y judías tiernas.

351 Trucha rellena al horno

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30-40 minutos* **PARA** *4*

1 cucharada de aceite de oliva
1 cebolla tierna finamente picada
85 g de setas *shiitake* u orellanas frescas finamente picadas
25 g de migas de pan blanco o integral
25 g de avellanas o almendras finamente picadas
1 cucharada de perejil fresco picado
la cáscara finamente rallada de 1 limón pequeño
sal marina y pimienta negra acabada de moler
4 truchas arco iris, de unos 280 g cada una, limpias y con cabeza y cola
el zumo de 2 limones
ramitas de perejil fresco para adornar

1 Caliente el horno a 180 °C. Caliente el aceite en una sartén, agregue la cebolla y las setas y saltee unos 5 minutos, o hasta que se hayan ablandado.
2 Retire el recipiente del fuego, agregue las migas, los frutos secos picados, la cáscara de limón, el perejil picado y las especias, y mezcle bien.
3 Introduzca homogéneamente parte del relleno en las truchas. Colóquelas unas al lado de las otras en una fuente refractaria y rocíelas con el zumo de limón.
4 Tápelas con papel de aluminio y hornéelas de 30 a 40 minutos, o hasta que el pescado esté cocido y la carne pueda separarse al pincharla con un tenedor.
5 Adorne con ramitas de perejil. Acompañe con patatas al horno y hortalizas de temporada como brécol y zanahorias baby.

VARIANTE *Utilice caballa fresca en lugar de trucha. Emplee champiñones en lugar de las setas* shiitake *u orellanas. Emplee nueces o pistachos en lugar de las avellanas.*

352 Pollo «Cordon Bleu»

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más 20 minutos de enfriado*
TIEMPO DE COCCIÓN *30-40 minutos* **PARA** *4*

4 pechugas de pollo deshuesadas y peladas (unos 550 g)
4 lonchas finas de queso gruyère o gouda
4 lonchas finas de jamón magro cocido
4 hojas de salvia
1 huevo batido
sal marina y pimienta negra acabada de moler
115 g de migas frescas de pan blanco
25 g de mantequilla
2 cucharadas de aceite de girasol

1 Coloque las pechugas de pollo entre 2 láminas de papel sulfurizado y aplástelas con un rodillo hasta que adquieran unos 3 mm de grosor.
2 Introduzca 1 loncha de queso sobre una mitad de cada pechuga aplanada y cubra con 1 loncha de jamón. Desmenuce las hojas de salvia, si las usa, y espárzalas sobre el jamón. Salpimente.
3 Doble la mitad de cada pechuga sobre el relleno para encerrarlo por completo. Asegure el paquete con 1 o 2 palillos de madera.
4 Pase cada paquete por el huevo batido, y luego por el pan rallado, asegurándose de que quedan perfectamente recubiertos. Colóquelos en un plato y resérvelos durante 20 minutos en la nevera.
5 Caliente la mantequilla y el aceite en una sartén grande hasta que la primera se haya derretido. Incorpore las pechugas rellenas y cueza a fuego lento hasta que el pollo esté bien cocido y la parte exterior crujiente y dorada. Déles la vuelta de vez en cuando.
6 Retire el pollo de la sartén y escúrralo sobre papel de cocina. Sírvalo enseguida con patatas al horno y hortalizas asadas a la parrilla.

353 Pastel de queso y brécoles

TIEMPO DE PREPARACIÓN *30 minutos, más 30 minutos de reposo* **TIEMPO DE COCCIÓN** *1 hora*
PARA *4-6*

25 g de mantequilla
1 cebolla finamente picada
280 g de brécol
115 g de judías verdes partidas por la mitad
200 g de maíz en grano en lata escurrido
sal marina y pimienta negra acabada de moler
4 huevos
9 rebanadas gruesas de pan blanco (unos 400 g en total), sin la corteza y cortadas por la mitad
600 ml de leche
2 cucharadas de cebollinos frescos picados
2 cucharadas de perejil fresco picado
115 g de queso cheddar curado rallado
ramitas de hierbas frescas para adornar

1. Unte con mantequilla una fuente honda refractaria y resérvela. Derrita la mantequilla en una sartén, incorpore la cebolla y saltéela unos 5 minutos o hasta que se haya ablandado.
2. Mientras, cueza los brécoles y las judías verdes en una cacerola con agua hirviendo de 3 a 4 minutos o hasta que estén tiernos. Escúrralos, mézclelos con la cebolla salteada y el maíz y salpimente.
3. Coloque 6 rebanadas de pan, unas junto a otras, en la fuente. Cubra con la mitad de la mezcla de brécoles. Repita las capas de pan y brécoles y acabe con una de pan.
4. Bata los huevos, la leche, las hierbas picadas y salpimente a su gusto. Vierta la mezcla de huevo sobre la mezcla de pan y hortalizas y espolvoree el queso por encima. Deje reposar 30 minutos para que el pan absorba parte del líquido.
5. Mientras, caliente el horno a 180 °C.Hornee la preparación durante 1 hora aproximadamente o hasta que esté hinchada y dorada. Adorne con las ramitas de hierbas y sirva con hortalizas asadas, como calabacines, pimientos y champiñones.

354 Budín de pan y gruyère

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más 30 minutos de reposo* **TIEMPO DE COCCIÓN** *40 minutos*
PARA *6*

450 ml de leche
150 ml de crema de leche ligera
3 huevos
25 g de queso parmesano finamente rallado
1 cucharadita de pimentón
unos 25 g de mantequilla ablandada
sal marina y pimienta negra acabada de moler
225 g de *baguette*, cortada en rebanadas de 2,5 cm de grosor
225 g de queso gruyère rallado
ramitas de hierbas frescas para adornar

1. Unte con mantequilla una fuente refractaria de 2 litros y resérvela. Vierta la leche y la crema en un cuenco. Agregue los huevos, el parmesano, el pimentón y las especias y bata hasta que estén bien ligados. Reserve.
2. Unte cada rebanada con un poco de mantequilla. Introduzca la mitad de las rebanadas de pan en la fuente, con la cara untada con mantequilla hacia arriba y luego espolvoree dos tercios del queso sobre el pan. Cubra con el resto de las rebanadas con la cara untada con mantequilla hacia arriba.
3. Vierta la mezcla de huevo y leche por encima y presione el pan ligeramente. Espolvoree por encima el resto del queso gruyère y deje reposar durante 30 minutos para que el pan absorba parte del líquido.
4. Mientras, caliente el horno a 200 °C. Coloque la fuente en la parrilla y vierta el agua hirviendo suficiente para que alcance la mitad de la altura de la fuente con el budín.
5. Hornee el budín unos 40 minutos o hasta que esté hinchado, ligeramente cuajado y dorado. Tápelo holgadamente con papel de aluminio al finalizar el tiempo de cocción si se dorara demasiado. Adórnelo con ramitas de hierbas fresas y sírvalo caliente con hortalizas de la temporada, como guisantes, zanahorias y judías verdes.

VARIANTES *Utilice emmental en lugar de gruyère. Emplee pan campesino en lugar de* baguette. *Utilice leche en lugar de crema.*

355 Salsa de pan tradicional

TIEMPO DE PREPARACIÓN *10 minutos, más 30 minutos para la infusión*
TIEMPO DE COCCIÓN *15 minutos* **PARA** *4-6*

4 clavos
1 cebolla pequeña pelada
6 granos de pimienta
1 hoja de laurel pequeña
1 hoja de tomillo fresca
300 ml de leche
15 g de mantequilla a dados
unos 85 g de migas frescas de pan blanco o sin gluten
sal marina y pimienta negra acabada de moler
nuez moscada acabada de moler (opcional)
2 cucharadas de crema de leche ligera

1 Pinche los clavos en la cebolla e introdúzcala en un cazo con la pimienta, la hoja de laurel, el tomillo y la leche. Lleve lentamente a ebullición, retire del fuego y deje reposar durante 30 minutos.
2 Filtre la leche sobre un cazo limpio. Introduzca la cebolla, las especias y la leche. Mezcle la leche con las migas de pan, lleve lentamente a ebullición y cueza de 5 a 10 minutos a fuego lento o hasta que la salsa haya espesado.
3 Mezcle la salsa con la mantequilla hasta que ésta se haya derretido, y salpimente a su gusto. Añada un poco de nuez moscada rallada, si lo desea. Mezcle con la crema justo antes de servir. Sirva caliente con pavo asado tradicional.

356 Relleno

TIEMPO DE PREPARACIÓN *15 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *30-40 minutos*
Cada relleno para 4-6

Relleno de escalonias y arándanos
25 g de mantequilla
3 escalonias finamente picadas
175 g de migas de pan fresco integral
sal marina y pimienta negra molida
115 g de arándanos rojos, frescos o congelados (previamente descongelados)
2 cucharadas de cilantro fresco picado
1 huevo batido

1 Derrita la mantequilla en un cazo, agregue las escalonias y saltéelas unos 5 minutos o hasta que se hayan ablandado.
2 Introdúzcalas en un cuenco. Agregue las migas, los arándanos, el cilantro picado, las especias y el huevo y mezcle bien. Deje enfriar.
3 Rellene con esta preparación un ave mediana, como un pollo, un pato o un pavo. Pese el ave rellena y calcule el tiempo de cocción de acuerdo con la receta.
4 Como alternativa, introduzca el relleno en una fuente refractaria untada con mantequilla y esparza trozos de mantequilla sobre la superficie. Hornee a una temperatura de 180 °C durante 40 minutos o hasta que esté cocido y ligeramente dorado. Este relleno resulta apropiado para el cordero asado.

Relleno de limón, hierbas y avellanas
2 cucharadas de aceite de oliva
1 cebolla roja finamente picada
1 diente de ajo picado
115 g de migas frescas de pan blanco o integral
2 cucharadas de perejil fresco picado
1 cucharada de tomillo fresco picado
la cáscara finamente rallada de 1 limón
40 g de avellanas tostadas finamente picadas
sal marina y pimienta negra molida
1 huevo pequeño batido para mezclar

1 Caliente el aceite en una sartén, agregue la cebolla y el ajo y saltéelos durante 5 minutos o hasta que se hayan ablandado.
2 Introduzca la mezcla de cebollas en un cuenco y déjela enfriar. Una vez fría, añada las migas, las hierbas picadas, la cáscara de limón, las avellanas y las especias. Agregue la cantidad de huevo suficiente para ligar todos los ingredientes.
3 Sirva tal y como se indica en los pasos 3 y 4 de la receta anterior, pero hornee sólo 30 minutos o hasta que esté cocido y ligeramente dorado. Este relleno también está indicado para el cerdo asado.

357 Budín de pan y mantequilla con albaricoques

TIEMPO DE PREPARACIÓN *15 minutos, más 30 minutos para el reposo*
TIEMPO DE COCCIÓN *45 minutos* **PARA** *4-6*

6 rebanadas medianas de pan blanco o integral
55 g de mantequilla ablandada
115 g de orejones de albaricoque finamente picados
40 g de azúcar moreno blando
1 ½ cucharaditas de mezcla de especias molidas
2 huevos
600 ml de leche

1 Unte ligeramente con mantequilla una fuente refractaria y resérvela. Unte con mantequilla una cara de cada rebanada de pan y luego corte cada una en 4 triángulos. Coloque la mitad de los triángulos de pan en la base de la fuente, con la cara untada con mantequilla hacia arriba. Esparza los albaricoques sobre el pan.
2 Incorpore el azúcar y la mezcla de especias y distribuya la mitad sobre los albaricoques. Introduzca encima el resto de los triángulos de pan, con la cara untada con mantequilla hacia arriba y espolvoree con el resto de la mezcla de azúcar y especias.
3 Bata los huevos y la leche y reparta la mezcla sobre el budín. Resérvelo 30 minutos para que el pan absorba el líquido.
4 Mientras, caliente el horno a 180 °C. Hornee el budín unos 45 minutos o hasta que esté dorado y ligeramente cuajado. Sírvalo caliente o frío, acompañado de crema o helado.

VARIANTES *Utilice sultanas o pasas en vez de albaricoques. Emplee canela molida en vez de la mezcla de especias.*

358 Budín de pan tradicional

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más 20 minutos de reposo* **TIEMPO DE COCCIÓN** *50 minutos*
PARA *6*

450 ml de leche
55 g de mantequilla a dados
85 g de azúcar moreno blando
225 g de restos de pan moreno (sin las cortezas) a dados
85 g de sultanas
85 g de pasas
2 cucharaditas de mezcla de especias molidas
2 huevos ligeramente batidos
1 ½ cucharaditas de azúcar demerara

1 Unte con mantequilla una fuente refractaria de 28 x 18 cm o para hornear y resérvela. Vierta la leche en un cazo, agregue la mantequilla y el azúcar moreno y caliente suavemente, sin dejar de remover, hasta que la mezcla comience a hervir.
2 Introduzca los dados de pan en un cuenco, vierta por encima la mezcla de leche y remueva. Deje reposar 20 minutos, o hasta que el pan haya absorbido todo el líquido. Remueva de vez en cuando.
3 Mientras, caliente el horno a 180 °C. Agregue las sultanas, las pasas, la mezcla de especias y los huevos a la mezcla de pan y bata bien.
4 Introduzca la mezcla en la fuente y nivele la superficie. Hornee el budín unos 50 minutos o hasta que esté cuajado y dorado. Espolvoréelo por encima con el azúcar, corte en cuadrados y sirva o bien caliente o bien frío.

VARIANTE *Utilice arándanos u orejones de albaricoque en lugar de las sultanas o pasas.*

359 Budín de pan y chocolate

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos, más 30 minutos de reposo* **TIEMPO DE COCCIÓN** *45 minutos*
PARA *4-6*

115 g de chocolate negro troceado
85 g de mantequilla ablandada
6 rebanadas medianas de pan blanco
115 g de pasas
600 ml de leche
2 cucharadas de cacao en polvo tamizado
25 g de azúcar blanquilla
3 huevos
chocolate rallado para acompañar (opcional)

1 Unte con mantequilla un molde refractario de 1,5 l y resérvelo. Introduzca el chocolate y 25 g de mantequilla en un cuenco pequeño refractario. Colóquelo sobre una cacerola con agua por debajo del punto de ebullición y déjelo hasta que la mezcla se haya derretido y esté ligada. Remueva una o dos veces. Retire el cazo del fuego.
2 Extienda el resto de la mantequilla sobre una cara de las rebanadas de pan. Luego unte con la mezcla de chocolate. Corte el pan en triángulos o cuadrados. Introduzca un tercio de los triángulos de pan, con el chocolate hacia arriba, en la fuente refractaria.
3 Espolvoree la mitad de las pasas. Recubra con otro tercio de los triángulos de pan y luego con el resto de las pasas. Corone con el resto de los triángulos de pan con el chocolate hacia arriba.
4 Vierta 150 ml de leche en un cazo y caliéntela hasta que esté a punto de alcanzar la ebullición. Retire del fuego y bata la leche con el cacao en polvo y el azúcar. Vierta en una jarra y bata junto con la leche fría restante.
5 Bata ahora el chocolate caliente con los huevos y filtre la mezcla sobre la fuente. Deje reposar 30 minutos para que el pan absorba parte del líquido.
6 Mientras, caliente el horno a 180 °C. Hornee el budín unos 35 minutos o hasta que esté ligeramente cuajado. Espolvoréelo con chocolate rallado, si lo desea, y acompáñelo con crema, crema ácida o yogur griego natural.

VARIANTES *Utilice* brioche *cortado a rebanadas o pan de frutas en lugar de pan blanco. Emplee sultanas, cerezas deshidratadas u orejones de albaricoque en lugar de las pasas..*

360 Pastel de manzanas y canela

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *50 minutos* **PARA** *6*

40 g de mantequilla
175 g de migas de pan blanco moreno o sin gluten
900 g de manzanas para cocer, peladas, sin corazón y a rodajas finas
100 g de azúcar blanquilla
1 cucharada de zumo de manzana
2 cucharaditas de canela molida
1-2 cucharadas de azúcar demerara

1. Caliente el horno a 200 °C. Unte con mantequilla una fuente refractaria profunda de unos 18 cm de diámetro. Derrita la mantequilla a fuego medio en una sartén, añada las migas y cuézalas unos 5 minutos o hasta que estén crujientes y doradas. Retírelas de la sartén y resérvelas.
2. Introduzca las manzanas en un cuenco y añada el azúcar, el zumo de manzana y la canela. Mezcle bien.
3. Esparza uniformemente un cuarto de la mezcla de migas en la fuente. Reparta por encima la mitad de la mezcla de manzana y cubra con otro cuarto de migas.
4. Coloque el resto de la mezcla de manzanas y cualquier líquido sobrante de las migas, corone por último con el resto de migas y esparza por encima el azúcar demerara.
5. Cubra la fuente con papel de aluminio y hornee unos 20 minutos. Retire el papel y hornee otros 30 minutos o hasta que las manzanas estén tiernas y la cobertura dorada. Sirva bien caliente acompañado con crema batida, helado o crema inglesa.

VARIANTES *Utilice peras o ciruelas en lugar de manzanas. Emplee jengibre molido o una mezcla de especias en lugar de canela.*

361 Tarta enrejada de melaza

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *35 minutos* **PARA** *8*

250 g de pasta quebrada ya preparada
350 g de jarabe de melaza dorado
25 g de mantequilla
200 g de migas de pan blanco o moreno
un poco de leche para glasear

1. Caliente el horno a 190 °C. Extienda la pasta sobre la superficie de trabajo ligeramente espolvoreada con harina y forre con ella una tartera de 25 cm de diámetro y base desmontable. Resérvela, así como los recortes de pasta.
2. Caliente lentamente el jarabe en un cazo, junto con la mantequilla y la cáscara de limón, hasta que se hayan derretido. Remueva de vez cuando. Retire el cazo del fuego, y mezcle su contenido con las migas. Reparta esta preparación por el fondo de la tartera y nivélela.
3. Extienda la pasta reservada formando unas tiras y colóquelas sobre el relleno de la tarta a modo de celosía (retuérzalas, si lo desea). Pinte los extremos con leche para que queden unidos a la tarta. Pinte también la pasta, si lo desea.
4. Hornee la tarta unos 35 minutos, o hasta que esté dorada y el relleno cuaje. Déjela enfriar en el molde unos 35 minutos, y colóquela una vez desmoldada en una fuente para servir. Córtela en porciones y sírvala caliente o fría con crema batida, helado o crema.

362 Helado de pan integral

TIEMPO DE PREPARACIÓN *20 minutos, más la congelación* **TIEMPO DE COCCIÓN** *10 minutos*
PARA *4-6*

140 g de migas de pan integral
55 g de azúcar moreno blando
425 ml de natillas comerciales (estándar o light)
150 ml de yogur griego natural
la cáscara finamente rallada y el zumo de 1 limón
25 g de azúcar lustre tamizado
la cáscara finamente cortada de un limón para decorar

1. Caliente el horno a 200 °C. Unte con mantequilla una placa para hornear. Extienda las migas sobre la placa y esparza el azúcar moreno por encima. Hornee unos 10 minutos. Remueva de vez en cuando hasta que el azúcar se caramelice y las migas estén crujientes. Retírelas del horno y déjelas enfriar. Una vez frías, sepárelas con un tenedor y resérvelas.
2. Mezcle en un cuenco la crema, el yogur, la cáscara de limón finamente rallada y su zumo y el azúcar lustre. Vierta la preparación en un molde de plástico frío poco profundo, extendiéndola uniformemente. Tape y congele de 1 ½ - 2 horas, o hasta que empiece a adquirir consistencia.
3. Vierta la mezcla en un cuenco frío y bátala con un tenedor para eliminar los cristales de hielo. Incorpore las migas sin dejar de remover y vuelva a colocar la mezcla en el recipiente. Congélela hasta que adquiera una textura firme.
4. Introduzca el helado en la nevera unos 30 minutos antes de servirlo para descongelarlo en poco. Sírvalo decorado con la cáscara de limón y acompáñelo con barquillos de chocolate o frutas frescas, como frambuesas.

VARIANTE *Utilice crema de leche espesa y batida hasta que forme picos blandos en lugar del yogur griego, si lo desea.*

363 Budín de verano

TIEMPO DE PREPARACIÓN *30 minutos, más el enfriado* **TIEMPO DE COCCIÓN** *10 minutos* **PARA** *6-8*

500 g de cerezas (sin hueso) y bayas variadas, como zarzamoras, arándanos o grosellas
115 g de azúcar blanquilla
280 g de frambuesas
2 cucharadas de *crème de cassis* o licor de frambuesa
8 rebanadas medianas de pan blanco o integral del día anterior sin la corteza
ramitas de grosellas y hojas de menta para adornar

1 Introduzca las frutas en un cazo con el azúcar y 5 cucharadas de agua. Lleve lentamente a ebullición y vaya removiendo hasta que el azúcar se haya disuelto; luego deje cocer a fuego lento unos 5 minutos o hasta que las frutas empiecen a desprender su zumo y estén tiernas. Retire el cazo del fuego y mezcle con las frambuesas y el licor y reserve.

2 Corte un círculo de una rebanada de pan de forma que recubra la base de un molde para budín de 1,2 l y colóquelo sobre la base. Corte el resto de las rebanadas por la mitad, reserve 4 medias rebanadas para la superficie y forre con el resto las paredes del molde, asegurándose de que se ajustan perfectamente y no dejan huecos.

3 Reserve unos 125 ml de los zumos de frutas y luego vierta toda la fruta y el resto del zumo en el molde. Cubra la fruta con las rebanadas de pan reservadas, presionándolas ligeramente hacia abajo.

4 Tape el budín con un plato del tamaño suficiente para ajustarse sobre la superficie del molde, e introduzca encima un peso de 450 g (una lata grande resulta ideal). Deje enfriar en la nevera unas 8 horas o toda la noche.

5 Retire el peso y el plato del molde y separe los extremos del budín con un cuchillo de hoja roma. Coloque una fuente de servicio sobre el budín y, sosteniendo ambos firmemente, invierta el budín sobre la fuente, sacudiéndolo un par de veces para desprenderlo.

6 Vierta parte de los zumos reservados sobre el budín, sobre todo en las zonas más pálidas y luego decórelo con las ramitas de grosella y las hojas de menta. Córtelo en porciones y vierta cualquier resto de zumo sobre cada porción. Sirva con crema batida o ácida.

364 Budín de frambuesas

TIEMPO DE PREPARACIÓN *25 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *45 minutos* **PARA** *6*

225 ml de leche
225 g de migas frescas de pan blanco
25 g de mantequilla ablandada
la cáscara finamente rallada de 1 limón
115 g de confitura de frambuesas
3 huevos separados
85 g de azúcar blanquilla
azúcar lustre tamizado para espolvorear

1 Caliente el horno a 140 °C. Unte con mantequilla una fuente refractaria de 1,2 l y resérvela. Vierta la leche en un cazo y caliéntela lentamente hasta que casi alcance la ebullición. Retire el cazo del fuego.
2 Introduzca las migas en un cuenco y cúbralas con la leche caliente. Mezcle con la mantequilla y la cáscara de limón y deje enfriar ligeramente.
3 Extienda homogéneamente la confitura de frambuesas sobre la base de la fuente refractaria y, posteriormente, resérvela.
4 Añada las yemas a la mezcla de migas y ligue todo. Bata en otro cuenco las claras a punto de nieve e incorpore el azúcar blanquilla.
5 Mezcle suavemente las claras con las migas. Esparza esta mezcla sobre la capa de confitura.
6 Hornee unos 45 minutos, o hasta que el budín haya cuajado y adquiera un color dorado pálido. Retírelo del horno, déjelo enfriar ligeramente y espolvoréelo con el azúcar lustre tamizado. Sírvalo caliente.

VARIANTES *Aplaste 140 g de frambuesas frescas con 40 g de azúcar blanquilla y distribuya la mezcla sobre la fuente en vez de utilizar la confitura, si lo desea. Emplee la cáscara finamente rallada de 1 naranja pequeña en lugar del limón.*

365 Budín de Navidad tradicional

TIEMPO DE PREPARACIÓN *30 minutos* **TIEMPO DE COCCIÓN** *5-6 horas para la cocción al vapor inicial, más 2-4 horas posteriores* **PARA** *1 budín (para 6-8 raciones)*

225 g de migas de pan blanco
55 g de harina blanca
225 g de manteca
225 g de azúcar moreno blando
225 g de sultanas
225 g de pasas
55 g de frutas variadas confitadas
55 g de almendras fileteadas o picadas
la cáscara finamente rallada y el zumo de 1 limón
1 manzana o zanahoria pelada (sin corazón y rallada)
4 huevos batidos
3 cucharadas de jerez, ron o brandy

1 Unte con mantequilla un molde para budín de 1,4-1,5 l de capacidad y forre la base con papel antiadherente. Resérvelo. Mezcle en un cuenco las migas, la harina, el sebo, el azúcar, las sultanas, las pasas, las frutas, las almendras, la cáscara y el zumo de limón y la manzana o zanahoria rallada.
2 Agregue los huevos a la mezcla anterior junto con el jerez, ron o brandy y ligue todo.
3 Llene el molde con la mezcla apretándola bien. Tape la superficie del molde con un disco de papel sulfurizado y luego cubra el molde con papel sulfurizado y de aluminio. Únalos justo en el centro y asegúrelos.
4 Coloque el molde en el recipiente superior de una vaporera y déjelo cocer de 5 a 6 horas (recuerde que debe añadir agua periódicamente para que pueda cocerse al vapor).
5 Retire el budín de la vaporera y déjelo enfriar. Una vez frío, vuélvalo a cubrir de nuevo con papel sulfurizado y de aluminio y consérvelo en un lugar fresco, seco y oscuro de 6 a 8 semanas.
6 El día de Navidad, cueza el budín al vapor como se ha indicado de 2 a 4 horas. Viértalo en una fuente previamente calentada, córtelo en porciones y sírvalo acompañado de mantequilla o salsa de brandy.

365 RECETAS DE PAN

- DE TODO EL MUNDO
- MÁS DE 100 RECETAS IDEADAS PARA PREPARAR EN LA MÁQUINA PARA PAN
- PROPUESTAS SIN GLUTEN, TRIGO NI LEVADURA PARA AQUELLOS QUE DEBAN SEGUIR UNA DIETA RESTRINGIDA
- UN CAPÍTULO CON DELICIOSAS RECETAS QUE EMPLEAN EL PAN A MODO DE INGREDIENTE

BLUME

ISBN 84-8076-548-8

9 788480 765480